



9.17%

SIMILARITY OVERALL

SCANNED ON: 18 JUL 2025, 3:01 PM

Similarity report

Your text is highlighted according to the matched content in the results above.

IDENTICAL 0.06% **CHANGED TEXT** 9.11% **QUOTES** 0.56%

Report #27549909

49 BAB I PENDAHULUAN 1.1 Latar Belakang Masalah Setiap anak memiliki kondisi perkembangan yang berbeda. Sebagian anak memerlukan perhatian khusus, seperti anak dengan Autism Spectrum Disorder (ASD). ASD dalam DSM-5 TR memiliki prevalensi yang terus meningkat dalam beberapa dekade terakhir. Prevalensi ASD diperkirakan berkisar antara 1-2% dari total populasi anak (APA, 2022). **23** World Health Organization (WHO) juga menguatkan angka tersebut dengan memperkirakan bahwa 1 dari 100 anak di seluruh dunia mengalami ASD (WHO, 2023). **7** Hingga saat ini, belum terdapat penelitian terbaru yang secara spesifik mengukur prevalensi ASD di Indonesia. Meskipun demikian, isu mengenai jumlah anak dengan autisme di Indonesia sempat disinggung oleh Wakil Menteri Kesehatan RI, dr. Dante Saksono Harbuwono, dalam sambutannya pada acara Special Kids Expo (SPEKIX) 2024. Ia menyatakan bahwa jumlah anak dengan autisme di Indonesia terus mengalami peningkatan, dengan perkiraan mencapai sekitar 2,4 juta anak. **7** Senada dengan hal tersebut, dokter spesialis anak, dr. Bernie Endyarni Medise, SpA(K), MPH, memperkirakan bahwa dari sekitar 4,5 juta angka kelahiran anak per tahun di Indonesia, sekitar 1 dari 100 anak mengidap ASD. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun belum tersedia data pasti, prevalensi ASD di Indonesia patut menjadi perhatian serius (BKKBN, 2024). Autism Spectrum Disorder (ASD) adalah gangguan neurodevelopment sehingga menyebabkan berbagai

masalah perilaku, seperti kesulitan dalam perkembangan bahasa, persepsi, dan gerakan (Hooley et al., 2021). Anak-anak dengan ASD sering mengalami kesulitan dalam berinteraksi sosial. **52** Pada anak dengan ASD, terdapat tiga defisit utama dalam komunikasi sosial dan interaksi. Pertama, mereka sering mengalami kesulitan dalam merespons interaksi sosial, seperti tidak mampu berbagi minat atau emosi dengan orang lain, dan jarang memulai percakapan. **36** Kedua, ada masalah dengan komunikasi nonverbal, misalnya kurangnya kontak mata, bahasa tubuh yang kaku, atau ekspresi wajah yang tidak sesuai. Ketiga, mereka kesulitan dalam membangun dan memahami hubungan sosial, termasuk menyesuaikan diri dalam situasi sosial, bermain bersama, atau menunjukkan ketertarikan pada teman sebaya (APA, 2022). Selain itu, banyak anak dengan ASD mengalami keterbatasan berbicara, di mana kemampuan bicara mereka mungkin sangat terbatas atau tidak digunakan secara efektif untuk berkomunikasi. Mereka juga sering menggunakan ekolalia, yaitu mengulang kata-kata orang lain (Hooley et al., 2021). Beberapa gejala umum yang terjadi pada anak dengan ASD menuntut dukungan yang signifikan dari orang-orang di sekitar, terutama orang tua. Savitri et al. (2021) menyatakan bahwa anak dengan ASD sering kali memerlukan bantuan untuk melakukan tugas-tugas dasar dan belum sepenuhnya mandiri. Kurangnya keterampilan adaptif dan kemandirian tersebut tentunya membuat orang tua perlu lebih banyak membantu anak yang mengidap ASD dan terlibat langsung dalam menyelesaikan tugas sehari-hari (Flynn & Healy, 2012). Selain itu, orang tua harus menghadapi perilaku anak yang menantang, mengajarkan anak cara berkomunikasi, melindungi anak dari bahaya, mempersiapkan anak untuk masa depan, dan membantu anak belajar keterampilan dasar sehari-hari (Dyches et al. sebagaimana dikutip oleh Bashir et al., 2014). Hal tersebut sejalan dengan penelitian Putri et al. (2019) bahwa orang tua lebih rumit dalam mengajari anak dengan ASD dibandingkan dengan anak normal untuk menguasai kemampuan dasar dan 2 sosial. Dengan hadirnya anak dengan

ASD, orang tua juga perlu menyiapkan biaya untuk pengobatan dan terapi anak sehingga akan semakin meningkatkan beban finansial bagi keluarga (Bashir et al. , 2014). Situasi tersebut memberikan tekanan emosional yang besar bagi orang tua. Tuntutan untuk terus mendampingi anak yang belum mandiri, menghadapi perilaku yang menantang, serta kebutuhan terapi yang berkelanjutan dapat menimbulkan kelelahan secara psikologis. Beban emosional ini juga diperkuat oleh ketidakpastian dalam perkembangan anak dan kekhawatiran akan masa depan mereka (Flynn & Healy, 2012; Bashir et al., 2014). Dalam jangka panjang, tekanan emosional yang terus- menerus ini dapat membuat orang tua merasa kewalahan dalam menjalani perannya sebagai orang tua. Kondisi tersebut dapat berujung pada parental burnout, yaitu kondisi kelelahan emosional yang mendalam akibat tekanan berkepanjangan dalam menjalani peran sebagai orang tua (Mikolajczak et al. , 2019). Parental burnout memiliki beberapa gejala utama yakni, orang tua merasa sangat lelah dan kehabisan energi karena peran mereka sebagai pengasuh. Untuk menghemat energi yang tersisa, mereka mulai menjauh secara emosional dari anak-anak mereka (Roskam et al. sebagaimana dikutip pada Mikolajczak & Roskam, 2018). Roskam et al. (2018) mengidentifikasi beberapa aspek pada parental burnout , yaitu exhaustion in one's parental role (kelelahan emosional dalam peran sebagai orang tua), contrast with previous parental self (perbedaan antara perasaan orang tua di masa lalu dengan kondisi mereka saat ini), feelings of being fed up (rasa jenuh dan putus asa), dan emotional distancing (penarikan emosional dari anak). Penelitian lintas negara oleh Roskam et al. menunjukkan bahwa parental burnout merupakan fenomena global yang dialami oleh sebagian orang tua di berbagai wilayah. Hingga saat ini, belum terdapat data global yang melaporkan prevalensi parental burnout dalam bentuk angka absolut secara akurat. Mayoritas penelitian internasional masih menyajikan data dalam bentuk persentase estimasi berdasarkan sampel penelitian di

berbagai negara. Roskam et al. (2017) dalam penelitiannya di kawasan Eropa menemukan bahwa sekitar 2 hingga 12 persen orang tua mengalami kelelahan sebagai orang tua (parental burnout). Dalam penelitian lain, Roskam et al. (2018) melaporkan bahwa sekitar 5,9% orang tua di negara-negara berbahasa Inggris dan Prancis mengalami kelelahan karena tanggung jawab mengasuh anak. Kemudian, Roskam et al. (2021) juga menyebutkan bahwa dari penelitian yang dilakukan di 42 negara, sekitar 5,8% orang tua dilaporkan mengalami parental burnout. Parental burnout lebih sering dialami oleh ibu, sebagaimana ditunjukkan oleh Roskam dan Mikolajczak (2020) serta Sulaimani dan Mursi (2022), bahwa ibu cenderung memikul tanggung jawab pengasuhan yang lebih besar dan menghabiskan lebih banyak waktu bersama anak sejak mereka lahir. Ayah biasanya lebih terlibat dalam aspek ekonomi, sementara ibu mendampingi anak secara langsung, mulai dari masa kehamilan hingga tumbuh kembang anak (Astria & Setyawan, 2020). Dalam konteks anak dengan ASD, tanggung jawab ini menjadi semakin kompleks karena ibu harus menghadapi tantangan tambahan seperti perilaku yang menantang, keterbatasan komunikasi, serta kebutuhan pengasuhan yang berkelanjutan (Astria & Setyawan, 2020). Ketimpangan pembagian peran dengan ayah turut memperbesar beban emosional ibu (Roskam & Mikolajczak, 2020), apalagi jika dibarengi dengan ekspektasi sosial untuk tetap sabar dan memahami kebutuhan psikologis anak dengan ASD (Edyta & Damayanti, 2016). Meski tantangan pengasuhan anak dengan ASD kerap menimbulkan parental burnout, tidak semua ibu mengalaminya 4 dalam intensitas yang sama. Herdani et al. (2022) menemukan bahwa sebagian ibu masih memiliki ruang untuk menjalani aktivitas pribadi, seperti mengerjakan pekerjaan rumah, menekuni hobi, atau bersosialisasi, yang dapat membantu menjaga keseimbangan emosi. Bahkan, perasaan positif seperti syukur dan kebahagiaan kerap muncul saat anak menunjukkan kemajuan dalam perkembangannya. Kemampuan ibu dalam mengelola emosi serta kekuatan spiritual yang dimiliki turut

menjadi penopang penting dalam menghadapi dinamika pengasuhan (Daulay et al., 2018). Selain itu, beberapa faktor eksternal juga berperan dalam membentuk pengalaman parental burnout. Status pekerjaan yang stabil (Abidin et al., 2024) dan kondisi ekonomi keluarga yang baik (Ren et al., 2024) diketahui berkaitan dengan tingkat parental burnout yang lebih rendah. Sementara itu, ibu dengan usia lebih muda atau yang memiliki jumlah anak lebih banyak cenderung lebih rentan terhadap parental burnout akibat beban pengasuhan yang semakin besar (Vigouroux & Scola, 2018). Temuan-temuan ini menunjukkan bahwa pengalaman parental burnout pada ibu merupakan hasil dari interaksi antara tantangan internal dan kondisi eksternal yang kompleks. Kondisi parental burnout yang tidak tertangani dapat berdampak serius terhadap kesejahteraan ibu maupun anak. Parental burnout ini berdampak terhadap peningkatan risiko depresi, ide bunuh diri, perilaku adiktif, gangguan tidur, dan masalah kesehatan. 17 Kondisi ini tidak hanya memengaruhi kesejahteraan orang tua, tetapi juga berdampak negatif pada anak, terutama dalam bentuk meningkatnya perilaku pengabaian dan kekerasan (Mikolajczak et al., 2019). Griffith (2022) juga menjelaskan bahwa orang tua yang mengalami burnout lebih tinggi cenderung menggunakan pola pengasuhan yang lebih keras, seperti memaksa atau menghukum anak, serta memiliki 5 risiko lebih besar melakukan kekerasan terhadap anak. Hal ini didukung oleh kasus di Indonesia pada tahun 2021, di mana terdapat orang tua dari anak dengan ASD melakukan penganiayaan anak sampai anak tersebut tidak sadarkan diri. Alasan keduanya melakukan penganiayaan tersebut karena frustrasi saat anak mereka sering buang air besar sembarangan (Mulyana, 2021). Terlebih lagi, penelitian Roskam dan Mikolajczak (2020) menunjukkan bahwa tingkat pelarian dan ide bunuh diri tersebut lebih tinggi pada ibu, yang juga lebih sering melakukan kekerasan terhadap anak dibandingkan dengan ayah. Meskipun parental burnout dapat berdampak serius pada ibu maupun anak, tidak semua ibu dengan anak ASD mengalaminya dalam

tingkat yang sama. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat faktor tertentu yang membedakan bagaimana individu merespons tekanan pengasuhan. Penelitian oleh Sorkkila dan Aunola (2021) menunjukkan bahwa resiliensi merupakan faktor yang membedakan individu yang mengalami parental burnout dan yang tidak. Individu yang memiliki tingkat resiliensi tinggi cenderung lebih mampu menghadapi tekanan pengasuhan tanpa mengalami kelelahan emosional yang ekstrem. Nay dan Diah (2013) menyebutkan bahwa resiliensi memungkinkan individu untuk tidak larut dalam kelelahan, melainkan mampu mengubah situasi negatif menjadi peluang untuk bertumbuh. Dengan demikian, resiliensi bukan hanya tentang bertahan, tetapi juga tentang bagaimana seorang ibu tetap menjalankan perannya dengan kesadaran dan pemahaman, meskipun berada dalam tekanan. Penelitian Sorkkila dan Aunola (2021) juga menekankan bahwa resiliensi berkaitan erat dengan kemampuan mengembangkan strategi adaptif, yang pada akhirnya dapat menurunkan risiko parental burnout dan menjaga kesejahteraan psikologis orang tua. 6 Dalam praktiknya, resiliensi pada ibu dengan anak ASD tercermin dalam berbagai bentuk, mulai dari menerima kondisi anak dengan lebih terbuka, aktif mencari informasi atau komunitas yang relevan, hingga mempelajari berbagai pendekatan untuk memahami perilaku anak. Connor dan Davidson (2003) menyatakan bahwa resiliensi adalah kualitas diri pada individu untuk bangkit dan beradaptasi dalam tekanan. Hal ini diperkuat oleh Astria dan Setyawan (2020) yang menekankan pentingnya resiliensi sebagai kunci agar ibu tidak terpuruk dalam tekanan, tetapi justru dapat pulih dan bertumbuh dari situasi sulit. Bahkan, sikap tangguh ini dapat membawa dampak positif lain, seperti meningkatnya rasa percaya diri, keterampilan manajemen waktu yang lebih baik, serta kesadaran ibu terhadap kebutuhan pribadinya (Isnandiyanti & Saloko, 2023). Muniroh (2010, sebagaimana dikutip dalam Saichu & Listiyandini, 2018) juga menggambarkan resiliensi ibu sebagai bentuk perjuangan aktif: menerima kenyataan, mencari solusi, berkonsultasi dengan tenaga profesional,

hingga menggali literatur dan layanan terbaik untuk mendukung anak. Dalam ketangguhan itu, terlihat bahwa resiliensi bukan hanya kemampuan bertahan, tetapi juga keberanian untuk terus berjalan. Sebagai upaya untuk mengetahui lebih dalam mengenai bagaimana resiliensi dapat menjadi salah satu faktor yang memengaruhi parental burnout pada ibu dengan anak ASD, peneliti melakukan wawancara secara langsung kepada tiga ibu dengan anak ASD. Berdasarkan hasil wawancara dengan SF (29 tahun, dengan usia anak ASD 8 tahun), terungkap bahwa SF sering merasa kewalahan dalam mengurus anaknya, terutama saat anaknya mengalami tantrum atau kesulitan belajar. Perasaan ini menggambarkan *exhaustion in one's parental role*, di mana SF merasa kehilangan energi dan motivasi akibat tuntutan pengasuhan yang terus-menerus. Ketika anaknya 7 menunjukkan perilaku yang tidak bisa dikendalikan, seperti bertindak sesuai keinginannya sendiri atau berkelahi di sekolah, SF merasa bingung dan pesimis karena merasa gagal menjadi ibu yang baik. Hal ini mencerminkan *contrast with previous parental self*, karena SF merasa berbeda dari dirinya yang dulu penuh harapan dan optimis dalam menjalani peran sebagai ibu. *Feelings of being fed up* muncul saat SF merasa tidak ada perubahan atau solusi terhadap tantangan yang dihadapi. Di beberapa situasi, SF merasa kesulitan mengendalikan emosinya, dan meskipun ia berusaha menjaga hubungan dengan anak, ia merasa secara emosional mulai menarik diri. Hal ini menggambarkan *emotional distancing*, di mana meskipun ia berusaha untuk tetap terlibat, perasaan kelelahan dan frustrasi sering membuatnya merasa terpisah dari anaknya. Dalam pengalaman SF, *respons-respons* seperti kesulitan mengelola emosi, munculnya rasa putus asa secara berulang, serta kecenderungan menarik diri secara emosional menunjukkan bahwa peran resiliensi belum sepenuhnya mendukung proses adaptasinya terhadap tekanan pengasuhan. Selanjutnya, peneliti melakukan wawancara dengan AD (35 tahun, dengan usia anak ASD 12 tahun). Terungkap bahwa meskipun anaknya sering

kesulitan mengontrol emosi, seperti melempar barang atau memukul adiknya saat tantrum, AD merasa mampu menghadapinya dengan sabar. Meskipun situasi ini menambah beban emosional, AD tidak merasa kelelahan yang berlebihan, yang menunjukkan bahwa AD tidak mengalami exhaustion in one's parental role yang signifikan. AD juga mengungkapkan bahwa meskipun frustrasi karena perkembangan anaknya yang tidak cepat membaik, ia tidak merasa putus asa atau jenuh, sehingga feelings of being fed up tidak terlalu dirasakannya. AD merasa dapat mengontrol emosinya meskipun terkadang merasa tertekan, dan AD tetap merasa terhubung secara emosional dengan anaknya, sehingga emotional distancing tidak terjadi pada AD. Selain itu, meskipun ada perbedaan antara harapannya dan kenyataan dalam pengasuhan, AD tidak merasa kehilangan jati dirinya sebagai ibu, yang berarti contrast with previous parental self tidak membuatnya ragu akan dirinya sendiri. Melalui jawaban-jawabannya, AD menunjukkan tanda-tanda resiliensi yang optimal. Kemampuannya untuk tetap tenang dalam menghadapi perilaku anak yang sulit, tetap terhubung secara emosional, serta tidak menyerah meskipun ada hambatan dalam perkembangan anak, menggambarkan kemampuan untuk beradaptasi secara positif. AD menunjukkan optimisme, pengendalian emosi yang baik, dan keyakinan diri yang stabil sebagai seorang ibu. Lebih lanjut, wawancara dilakukan dengan ibu dari anak ASD yang berinisial HN (32 tahun, dengan usia anak ASD 9 tahun). HN mengungkapkan bahwa ia sering merasa kewalahan dan lelah dalam menghadapi tantangan pengasuhan anaknya, terutama ketika anaknya berperilaku menentang dan ingin melakukan segala sesuatunya sesuai dengan keinginannya. Ketika anaknya membantah perintah atau saran yang diberikan, HN merasa frustrasi dan kesulitan mengendalikan emosinya. Hal ini menggambarkan exhaustion in one's parental role, di mana HN merasakan kelelahan emosional yang mendalam akibat tuntutan pengasuhan yang terus-menerus. Keterbatasan dalam komunikasi antara HN dan anaknya juga menambah beban emosional, yang menyebabkan

HN merasa tertekan. Perasaan tersebut berhubungan dengan contrast with previous parental self, di mana HN merasa berbeda dari dirinya yang dulu. Jika sebelumnya HN merasa mampu mengasuh anaknya, kini peran sebagai ibu terasa berkurang akibat kelelahan emosional yang dialaminya. Meskipun berusaha untuk tetap sabar dan mencari cara mendukung anaknya, HN merasa sering kali terjebak dalam 9 feelings of being fed up, merasa jenuh dan lelah dengan tantangan yang terus berulang. Tidak jarang, HN merasa jauh dari anaknya dan lebih memilih untuk menarik diri secara emosional untuk menjaga keseimbangan diri, meskipun HN berusaha keras untuk tidak kehilangan kedekatan dengan anaknya. Fenomena ini menggambarkan emotional distancing. Ketidakmampuan dalam mengelola kelelahan pengasuhan, kecenderungan untuk merasa kewalahan secara berulang, serta kesulitan dalam menjaga kedekatan emosional dengan anak, merupakan cerminan bahwa resiliensi yang dimiliki HN belum optimal. Meski ia masih memiliki niat untuk berusaha dan bertahan, perasaan frustrasi dan penarikan diri yang terus berulang menunjukkan bahwa mekanisme adaptasi terhadap tekanan pengasuhan belum sepenuhnya berkembang dengan kuat. Dari ketiga wawancara tersebut, terlihat bahwa pengalaman parental burnout pada ibu dengan anak ASD tidak berlangsung secara seragam. SF dan HN menunjukkan tanda-tanda kelelahan emosional yang cukup dalam, mulai dari rasa jenuh, frustrasi, hingga munculnya jarak emosional dengan anak. Mereka juga mengungkapkan adanya pergeseran dalam diri mereka sebagai ibu, merasa tidak lagi seperti diri mereka yang dulu. Keduanya juga memperlihatkan kapasitas resiliensi yang cenderung rendah, terlihat dari ketidakmampuan mengelola tantangan pengasuhan anak dengan ASD. Sebaliknya, AD tampak mampu mempertahankan ketenangan dan kedekatan emosional dengan anak, serta tidak terjebak dalam kelelahan pengasuhan yang berlebih. Ini menunjukkan bahwa tingkat resiliensinya cukup tinggi dan mencegah tingginya parental burnout. Hal tersebut sejalan dengan penelitian Güçlü dan Hürmeydan (2024) yang menunjukkan

bahwa ibu dengan ASD memiliki resiliensi yang lebih rendah dibandingkan dengan ibu yang memiliki anak 10 normal. Namun, penelitian Dewi dan Wideasavitri (2019) menunjukkan bahwa beberapa ibu dengan anak ASD telah mencapai resiliensi yang positif. Penelitian yang mengeksplorasi pengaruh resiliensi terhadap parental burnout masih jarang ditemukan, terutama terkait tantangan yang dihadapi oleh ibu dengan anak berkebutuhan khusus, seperti anak dengan ASD. Hal ini membuat pentingnya penelitian lebih lanjut mengenai pengaruh resiliensi dan parental burnout pada ibu dengan anak ASD terutama di Indonesia. Sorkkila dan Aunola (2021) meneliti resiliensi dan parental burnout selama lockdown COVID-19 di Finlandia. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa resiliensi dapat membantu orang tua untuk mengatasi parental burnout di tengah krisis yang disebabkan oleh pandemi. Namun, konteks yang dibahas terbatas pada masa pandemi dan lokasi tertentu, yaitu Finlandia, sehingga hasilnya tidak sepenuhnya mencerminkan dinamika yang ada di Indonesia atau dalam kondisi non-pandemi. Selain itu, penelitian oleh Sahrani et al. (2024) mengenai peran resiliensi dan kesejahteraan subjektif dalam memprediksi kebijaksanaan IRT penuh waktu yang mengalami parental burnout . **3 Hasil penelitian menunjukkan bahwa resiliensi memiliki pengaruh signifikan terhadap kebijaksanaan ibu yang mengasuh anak dalam kondisi parental burnout .** Namun, penelitian ini berfokus hanya pada ibu rumah tangga penuh waktu dan lebih meneliti terkait kebijaksanaan IRT dalam kondisi parental burnout , yang tidak memperhitungkan tantangan yang dihadapi oleh ibu bekerja atau ibu yang mengasuh anak dengan kebutuhan khusus seperti anak dengan ASD. Pembaruan dari penelitian sebelumnya sangat penting untuk memahami dinamika antara resiliensi dan parental burnout , terutama dalam konteks ibu yang memiliki anak dengan ASD. Penelitian sebelumnya, seperti yang dilakukan oleh Sorkkila 11 dan Aunola (2021) mengenai resiliensi selama masa lockdown COVID-19 di Finlandia, namun konteks mereka hanya berlaku di Finlandia. Penelitian

ini mengembangkan cakupannya dengan melihat bagaimana resiliensi memengaruhi parental burnout pada ibu dengan anak ASD di Indonesia. Selain itu, penelitian oleh Sahrani et al. (2024) berfokus pada peran resiliensi dan kesejahteraan subjektif dalam memprediksi kebijakan ibu rumah tangga penuh waktu yang mengalami parental burnout. Penelitian ini memperbarui subjek dengan mengkhususkan pada ibu dengan anak ASD, memberikan perspektif lebih spesifik pada kategori ibu yang menghadapi tantangan pengasuhan anak dengan ASD, baik ibu rumah tangga maupun ibu bekerja. Selanjutnya, penelitian Raychana et al. (2024) menggunakan pendekatan kualitatif yang hanya mengungkap dinamika parental burnout pada ibu rumah tangga dengan anak ASD. Penelitian ini memperbarui pendekatan tersebut dengan mengeksplorasi pengaruh resiliensi terhadap parental burnout menggunakan metode kuantitatif. **31** Berdasarkan pemaparan di atas, dapat disimpulkan bahwa penelitian yang mengeksplorasi pengaruh resiliensi terhadap parental burnout pada ibu dengan anak ASD di Indonesia masih terbatas. Hal ini menunjukkan adanya kekosongan dalam literatur yang meneliti pengaruh resiliensi terhadap parental burnout pada ibu dengan anak ASD, khususnya di konteks Indonesia. Sebagian besar penelitian sebelumnya lebih fokus pada orang tua atau ibu rumah tangga, sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang melibatkan ibu secara lebih umum, baik ibu rumah tangga maupun ibu yang bekerja, untuk mengetahui lebih lanjut bagaimana resiliensi dapat mempengaruhi tingkat parental burnout mereka. Oleh karena itu, peneliti memilih untuk meneliti "Pengaruh Resiliensi terhadap 12 Parental Burnout pada Ibu dengan Anak Autism Spectrum Disorder (ASD)". **20** 1.2 Rumusan Masalah Peneliti merumuskan masalah secara demikian: **3** "Apakah terdapat pengaruh resiliensi terhadap parental burnout pada ibu dengan anak Autism Spectrum Disorder (ASD)" **20** 1.3 Tujuan Penelitian Studi ini dilakukan dan bertujuan untuk melihat ada atau tidak adanya pengaruh resiliensi terhadap parental burnout pada ibu dengan anak Autism Spectrum Disorder (ASD). **20** 1.4 Manfaat Penelitian 1.4 1

Manfaat Teoritis Melalui studi ini, harapan oleh penulis ialah dapat memberikan kontribusi ilmiah yang berarti dalam memahami pengaruh resiliensi terhadap parental burnout pada ibu dengan anak ASD. Temuan dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan baru yang relevan bagi bidang psikologi klinis, khususnya dalam kajian tentang resiliensi, parental burnout, dan pengasuhan anak dengan ASD. 13

1.4.2 Manfaat Praktis Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat praktis sebagai berikut: 1) Memberikan edukasi kepada ibu dengan anak ASD mengenai pentingnya menerima pengalaman sulit maupun kesalahan dalam pengasuhan sebagai bagian dari proses resiliensi, agar mereka mampu bangkit kembali (bounce back) dari tekanan pengasuhan yang ada dan mencegah terjadinya parental burnout. 2) Menjadi dasar bagi tenaga profesional, lembaga, atau pihak terkait dalam merancang program intervensi yang berfokus pada peningkatan resiliensi, guna mencegah atau menurunkan parental burnout pada ibu dengan anak ASD.

55 14 BAB II TINJAUAN PUSTAKA 2.1 Parental Burnout 2.1 34 1 Definisi Parental Burnout Parental burnout didefinisikan sebagai, 1 “a state of intense exhaustion related to one’s parental role, in which one becomes emotionally detached from one’s children and doubtful of one’s capacity to be a good parent 34 (Roskam et al. sebagaimana dikutip dalam Mikolajczak et al., 2019, p 13 18 1). Hal tersebut menjelaskan bahwa parental burnout didefinisikan sebagai kondisi kelelahan yang sangat intens terkait dengan peran sebagai orang tua, di mana seseorang menjadi terlepas secara emosional dari anak- anaknya dan meragukan kemampuannya untuk menjadi orang tua yang baik. Selanjutnya, “parent burnout is a downward drift toward physical, emotional, and spiritual exhaustion, resulting from the combination of chronic high stress and perceived low personal growth and autonomy (Procaccini dan Kiefaber, 1983, p.43). Hal tersebut dijelaskan bahwa parent burnout merupakan kelelahan fisik, emosional, dan spiritual yang timbul dari stres kronis, disertai perasaan tidak berkembang dan ketidakberdayaan dalam

mengatur kehidupan sehari-hari. Tak hanya itu, parental burnout juga didefinisikan sebagai, “situations where exhaustion occurs as a result of being physically and emotionally overwhelmed by one’s parental role (Hubert dan Aujoulat, 2018, p .1). Hal tersebut dijelaskan bahwa parental burnout merupakan keadaan kelelahan, baik secara fisik maupun emosional, yang timbul akibat tekanan dalam menjalani peran sebagai orang tua. Berdasarkan pemaparan beberapa definisi dari parental burnout di atas, peneliti memiliki fokus utama pada definisi milik Roskam et al. (2018) karena memandang kelelahan emosional sebagai pusat dari parental burnout , yang merupakan komponen utama dalam memahami parental burnout dari sudut pandang psikologis. Selain definisi ini merupakan definisi yang relevan dengan konteks penelitian yakni menekankan pada kelelahan emosional sebagai inti dari parental burnout , definisi ini juga merupakan definisi yang paling baru dan banyak dijadikan rujukan dalam penelitian-penelitian terkini terkait parental burnout. Hingga saat ini, definisi Roskam et al. (2018) telah dikutip sebanyak 616 kali di Google Scholar dan banyak digunakan dalam berbagai penelitian untuk menggambarkan fenomena parental burnout , khususnya dalam konteks psikologis. Misalnya, Lin et al. (2023) yang mengeksplorasi peran dukungan sosial terhadap parental burnout pada orang tua dari anak-anak dengan Autism Spectrum Disorder (ASD) di China. AKTU (2024) j uga menggunakan definisi ini dalam mengeksplorasi dukungan sosial terhadap parental burnout pada orang tua di Turki. Sorkkila dan Aunola (2021) juga menggunakan definisi ini dalam mengeksplorasi peran resiliensi terhadap parental burnout pada orang tua di Finlandia. Raychana et al. (2024) yang mengeksplorasi dinamika parental burnout pada ibu dengan anak ASD. 2.1.2 Dimensi Parental Burnout Terdapat empat dimensi dari parental burnout menurut Roskam et al. (sebagaimana dikutip dalam Mikolajczak & Roskam, 2018), sebagai berikut: a. Exhaustion in One’s Parental Role Menunjukkan bentuk kelelahan yang mendalam dalam menjalani peran sebagai orang

tua, di mana orang tua merasa sangat lelah sejak awal hari dan harus menghadapi berbagai kegiatan bersama anak-anak. Tanggung jawab tersebut menimbulkan tekanan emosional 16 yang berat, hingga memikirkannya saja sudah membuat mereka merasa kewalahan dan berada di titik batas.

b. Contrast with Previous Parental Self Merupakan keadaan saat orang tua merasa tidak lagi menjadi sosok orang tua yang ideal seperti dulu, disertai perasaan kehilangan identitas diri ketika berinteraksi dengan anak-anak.

c. Feelings of Being Fed Up Merupakan kondisi ketika orang tua mulai merasakan kejenuhan yang mendalam, perasaan muak, serta frustrasi terhadap peran yang dijalani. Mereka juga merasa lelah dalam menjalani proses pengasuhan, tidak lagi mampu menjalankan peran sebagai ayah atau ibu, dan kehilangan rasa bahagia saat bersama anak-anaknya.

17 d. Emotional Distancing Merupakan keadaan di mana hubungan emosional antara orang tua dan anak menjadi renggang, dengan keterlibatan orang tua yang rendah dalam pengasuhan maupun interaksi sehari-hari, yang umumnya terbatas pada hal-hal praktis tanpa memperhatikan kebutuhan emosional anak.

2.1.3 Faktor yang Memengaruhi Parental Burnout

Terdapat tiga belas faktor yang dapat memengaruhi parental burnout, sebagai berikut:

a. Resiliensi Sorkkila dan Aunola (2021) yang menggunakan definisi dari Roskam et al. (2018) menunjukkan bahwa resiliensi merupakan faktor yang berpengaruh secara signifikan pada parental burnout. Semakin resilien orang tua, semakin kecil kemungkinan mereka mengalami parental burnout.

b. Parenting Perfectionism Afifah et al. (2022) yang menggunakan definisi dari Roskam et al. (2018) menunjukkan bahwa sikap perfeksionisme dalam pengasuhan berdampak pada kondisi parental burnout.

c. Parenting Self Efficacy Muliasari dan Amalia (2024) yang menggunakan definisi dari Roskam et al. (2018) menunjukkan bahwa parenting self-efficacy menjadi salah satu faktor yang dapat mengurangi tingkat parental burnout.

d. Perceived Social Support Lin et al. (2022) yang menggunakan definisi dari Roskam et al. (2018)

menunjukkan bahwa tingkat parental burnout pada orang tua cenderung berkurang ketika 18 mereka menerima dukungan sosial yang dirasakan atau perceived social support. e. Work-Family Conflict Zulkarnain et al. (2015) menemukan bahwa adanya konflik antara peran kerja dan keluarga (work-family conflict) berkaitan positif dengan tingkat kelelahan emosional (burnout). Hasil ini serupa dengan penelitian oleh Mikolajczak et al. (2022) dengan hasil bahwa work- family conflict berkorelasi dengan parental burnout . Artinya, semakin besar konflik antara pekerjaan dan peran sebagai orang tua, semakin besar kemungkinan terjadinya parental burnout. Penelitian di Tiongkok oleh Wang et al. (2024) juga memperkuat hasil ini, dengan menunjukkan bahwa konflik kerja-keluarga turut memengaruhi tingkat kelelahan orang tua. f. Trait Emotional Intelligence Menurut kajian pustaka dari de Paula et al. (2021) berdasarkan studi Mikolajczak dan Roskam (2018), kemampuan untuk mengelola emosi (emotional intelligence) merupakan salah satu faktor pelindung (protection factor) terhadap parental burnout . Meningkatnya kecerdasan emosional yang dimiliki seseorang maka akan menurunkan risiko mereka mengalami kelelahan dalam menjalani peran sebagai orang tua, karena kemampuan ini membantu individu dalam menyesuaikan diri dan mengelola tekanan. g. Co-parenting Zhang dan Zhao (2024) menemukan adanya hubungan negatif antara praktik berbagi peran pengasuhan anak (co-parenting) dan tingkat parental burnout. Artinya, ketika kedua orang tua saling berbagi tanggung jawab dalam pengasuhan, risiko kelelahan menjadi lebih rendah. Sebaliknya, jika hanya satu pihak yang menanggung beban 19 pengasuhan, maka risiko terjadinya parental burnout akan meningkat. h. Gender Penelitian Ren et al. (2024) yang menggunakan definisi Roskam et al. (2018) menunjukkan bahwa parental burnout pada ibu lebih tinggi dibandingkan ayah. Hal tersebut dikarenakan peran ibu dalam pengasuhan lebih besar dalam merawat dan mendidik anak dibandingkan ayah. i. Usia Orang tua dengan usia muda rentan mengalami parental burnout . Usia muda

tersebut tentunya merupakan faktor risiko bagi orang tua terhadap hilangnya prestasi dan munculnya kelelahan emosional (Vigouroux & Scola, 2018). 20 j. Jumlah Anak Vigouroux dan Scola (2018) menunjukkan bahwa orang tua dengan jumlah anak yang banyak lebih rentan terhadap kelelahan emosional. Penelitian Hong dan Liu (2021) menunjukkan bahwa semakin banyak jumlah anak dalam sebuah keluarga, semakin terbatas waktu, tenaga, dan sumber daya yang dapat diberikan oleh orang tua untuk setiap anak, yang pada akhirnya bisa menjadi tidak mencukupi sehingga menjadi kewalahan dalam pengasuhan. k. Status Pekerjaan Abidin et al. (2024) yang menggunakan definisi Roskam et al. (2018) menunjukkan bahwa status pekerjaan yang lebih stabil berpengaruh dengan penurunan parental burnout. Orang tua dengan pekerjaan full-time cenderung memiliki tingkat parental burnout yang rendah. l. Status Ekonomi Ren et al. (2024) yang menggunakan definisi Roskam et al. (2018) menunjukkan bahwa status ekonomi memiliki peran signifikan dalam parental burnout, khususnya bagi orang tua dengan anak yang memiliki kondisi kesehatan tertentu. Pendapatan bulanan yang mencukupi dapat membantu membiayai perawatan medis dan meringankan beban pengasuhan. m. Kondisi Psikologis Anak Roskam dan Mikolajczak (2023) mengindikasikan bahwa orang tua yang memiliki anak dengan kebutuhan khusus cenderung mengalami tingkat parental burnout yang lebih tinggi dibandingkan dengan orang tua pada umumnya. Hal ini sejalan dengan temuan Lin et al. (2023), yang dalam penelitiannya menggunakan definisi parental burnout dari Roskam et al. (2018), dan menunjukkan bahwa 21 orang tua dari anak dengan Autism Spectrum Disorder (ASD) memiliki kerentanan yang lebih besar terhadap kelelahan dalam menjalankan peran sebagai orang tua. 22 2.2 Resiliensi 2.2

26 1 Definisi Resiliensi Resiliensi didefinisikan sebagai, 4 “ the persona
l qualities that enable one to thrive in the face of adversity 26 (Connor dan
Davidson, 2003, p 26 33 1). Resiliensi merupakan cerminan kualitas
pribadi yang memungkinkan individu untuk berkembang meskipun menghadapi kesulitan.

Selanjutnya, resiliensi didefinisikan sebagai, “the ability to maintain a stable equilibrium (Bonanno, 2004, p 42 20). Hal tersebut dijelaskan bahwa resiliensi merupakan kemampuan untuk mempertahankan keseimbangan yang stabil. 54 Selain itu, resiliensi didefinisikan sebagai, 2 “the capacity of a dynamic system to withstand or recover from significant challenges that threaten its stability, viability, or development 54 (Masten, 2011, p 494). Hal tersebut dijelaskan bahwa resiliensi merupakan kemampuan dari suatu sistem yang bersifat dinamis untuk mampu bertahan menghadapi tantangan besar yang berpotensi mengganggu stabilitas, kelangsungan hidup, atau perkembangan individu. Berdasarkan pemaparan beberapa definisi dari resiliensi, peneliti memilih fokus utama pada definisi milik Connor dan Davidson (2003) dikarenakan resiliensi dipandang sebagai karakteristik yang melekat dalam diri individu dan menjadi sumber kekuatan yang stabil dalam menghadapi berbagai tantangan. Definisi ini juga menjelaskan bahwa resiliensi merupakan suatu proses perkembangan diri, yang dapat dimaknai sebagai bentuk evaluasi untuk menjadi pribadi yang lebih baik dari sebelumnya. Selain itu, definisi ini bersifat fleksibel dan dapat diterapkan dalam berbagai konteks sehingga memungkinkan peneliti untuk mengadaptasi dan menggunakannya dalam beragam studi serta populasi. Definisi ini juga telah digunakan oleh banyak peneliti dari berbagai negara dalam mengungkap resiliensi pada individu dan telah 23 dikutip sebanyak 17298 kali di Google Scholar . Misalnya, penelitian Bekhet et al. (2012) yang meneliti resiliensi pada anggota keluarga yang merawat anak dengan autisme di USA, dilanjutkan dengan Rasoulpoor et al. (2023) yang meneliti tentang hubungan overcare burden, coping styles , dan resiliensi pada ibu dengan anak SD di Autism Center yang berafiliasi dengan Kermanshah University of Medical Science , Iran. Selain itu, Noviyanti (2022) yang meneliti resiliensi dan subjective well- being pada ibu yang bekerja pada sektor formal di Indonesia.

2.2.2 Dimensi Resiliensi Connor dan Davidson (sebagaimana dikutip dalam

Octaryani dan Baidun, 2017) memaparkan lima dimensi dari resiliensi, sebagai berikut:

- Personal Competence** Dimensi ini berhubungan dengan kemampuan individu untuk mengandalkan potensi dirinya dalam mengatasi berbagai rintangan dan mencapai tujuan yang diinginkan. Meskipun dihadapkan pada situasi sulit seperti kegagalan atau hambatan, individu tetap percaya diri terhadap kemampuannya untuk bangkit dan menyelesaikan tantangan tersebut.
- Trust in One's Instincts** Dimensi ini berkaitan dengan kemampuan individu untuk menjaga ketenangan saat menghadapi masalah, di mana mereka dapat mengelola emosinya dengan baik. Individu yang mampu bersikap tenang cenderung mempertimbangkan setiap keputusan secara cermat dan mengambil tindakan yang tepat setelah melalui proses pemikiran yang matang.
- Positive Acceptance of Change and Secure Relationship** Dimensi ini mencerminkan kapasitas individu untuk merespons kesulitan dengan pandangan yang optimis, yakni tetap mampu menemukan sisi positif dari setiap tantangan yang dihadapi. Di samping itu, dalam kondisi penuh tekanan, individu tetap mampu membangun dan mempertahankan hubungan interpersonal yang aman serta suportif, sehingga memungkinkan hadirnya dukungan sosial yang berperan penting dalam proses pemulihan dan penyelesaian masalah.
- Control and Factor** Dimensi ini mengacu pada kemampuan individu dalam mengelola diri secara efektif serta mempertahankan fokus terhadap tujuan yang ingin dicapai. Di samping itu, individu juga menunjukkan kapasitas untuk secara aktif mencari serta menerima dukungan sosial dari lingkungan sekitarnya, sebagai strategi adaptif dalam menghadapi dan menyelesaikan berbagai permasalahan.
- Spiritual Influences** Dimensi ini berkaitan dengan keyakinan individu terhadap kekuatan spiritual, seperti kepercayaan kepada Tuhan atau takdir. Keyakinan ini membantu individu memandang masalah sebagai bagian dari rencana yang lebih besar, sehingga mereka dapat menghadapi tantangan dengan rasa ikhlas dan optimisme yang lebih kuat.

2.2.3 Faktor yang Memengaruhi Resiliensi

Terdapat lima faktor yang dapat memengaruhi

resiliensi, yakni sebagai berikut: a. Usia Campbell-Sills et al. (2009) yang menggunakan definisi Connor dan Davidson (2003) menunjukkan bahwa usia dapat mempengaruhi tingkat resiliensi. Usia 18-24 25 tahun memiliki resiliensi yang lebih rendah dibandingkan dengan usia yang lebih tua. b. Jenis Kelamin Campbell-Sills et al. (2009) yang menggunakan definisi Connor dan Davidson (2003) menunjukkan bahwa perempuan memiliki tingkat resiliensi yang lebih rendah dibandingkan dengan laki-laki. Hal tersebut juga dinyatakan oleh Kumar (sebagaimana dikutip dalam Andriani & Listiyandini, 2017) bahwa laki-laki sering dianggap lebih mampu bertahan dalam situasi sulit dibandingkan perempuan. c. Status Pernikahan Campbell-Sills et al. (2009) yang menggunakan definisi Connor dan Davidson (2003) menunjukkan bahwa status pernikahan berpengaruh terhadap tingkat resiliensi individu. Individu yang telah menikah lalu bercerai hidup menunjukkan resiliensi lebih tinggi dibandingkan dengan individu yang berstatus janda atau duda (widowed) atau bercerai mati. d. Tingkat Pendidikan Campbell-Sills et al. (2009) yang menggunakan definisi Connor dan Davidson (2003) menemukan bahwa semakin tinggi tingkat pendidikan, semakin tinggi pula resiliensi seseorang. Pendidikan yang lebih tinggi memberikan sumber daya kognitif dan material yang membantu menghadapi kelelahan berlebih, sementara kurangnya pendidikan dapat membatasi kemampuan untuk mengatasi@kelelahan berlebih. e. Penerimaan Diri Penelitian Shofa et al . (2024) yang menggunakan definisi Connor dan Davidson (2003) menunjukkan bahwa 26 tingkat resiliensi seseorang cenderung meningkat seiring dengan meningkatnya penerimaan diri.

2.3 Kerangka Berpikir Merawat anak dengan Autism Spectrum Disorder (ASD)

membawa konsekuensi pengasuhan yang kompleks, intens, dan berkepanjangan. Anak dengan ASD kerap menunjukkan gangguan komunikasi, interaksi sosial, serta perilaku repetitif (Hooley et al., 2021), yang menuntut pendampingan hampir di setiap aspek kehidupan sehari-hari (Savitri et al., 2021). Dalam kondisi ini, ibu sebagai pengasuh utama dituntut

untuk hadir secara fisik maupun emosional, bahkan dalam pengelolaan perawatan medis dan terapi anak (Mcgaire dalam Sumaryanto & Aziz, 2019). Tanggung jawab ini, yang dijalankan terus-menerus, sering kali melampaui kapasitas pribadi yang dimiliki ibu, hingga akhirnya menciptakan tekanan psikologis yang signifikan. Edyta dan Damayanti (2016) menyatakan bahwa ibu yang memiliki anak dengan ASD menghadapi beban peran yang lebih besar dibandingkan dengan ibu dari anak tanpa gangguan perkembangan. Tekanan tersebut dapat berkembang menjadi kondisi psikologis serius yang dikenal sebagai parental burnout. Menurut Roskam et al. (dalam Mikolajczak & Roskam, 2018), parental burnout terdiri atas empat dimensi, exhaustion in one's parental role, yakni kelelahan emosional yang dalam dalam menjalani peran sebagai orang tua, contrast with previous parental self, perasaan kehilangan identitas diri sebagai orang tua seperti sebelumnya, feelings of being fed up, kejenuhan mendalam terhadap peran pengasuhan, dan emotional distancing, yaitu keterlibatan emosional yang berkurang dalam hubungan dengan anak. Keempat dimensi ini mencerminkan tekanan yang bukan hanya bersifat fisik, tetapi juga menyentuh aspek identitas, emosi, dan relasi orang tua dengan anak. Ketika kondisi ini dibiarkan tanpa adanya kapasitas pengelolaan internal, konsekuensinya dapat berdampak negatif, baik bagi ibu maupun anak (Hubert & Aujoulat, 2018; Mikolajczak et al., 2019). Dalam situasi demikian, resiliensi menjadi kualitas pribadi yang sangat penting untuk dimiliki oleh ibu. Hal ini sejalan dengan temuan Sorokkila dan Aunola (2018) yang menyatakan bahwa resiliensi merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi parental burnout, di mana ibu dengan tingkat resiliensi yang tinggi cenderung memiliki tingkat parental burnout yang lebih rendah, sedangkan ibu dengan tingkat resiliensi yang rendah lebih rentan mengalaminya. Connor dan Davidson (2003) mendefinisikan resiliensi sebagai kualitas pribadi dari individu untuk bertahan, bangkit kembali, dan beradaptasi secara positif terhadap

tekanan hidup. Sebagai kapasitas psikologis yang berkembang melalui pengalaman dan pengolahan diri, resiliensi membantu seseorang dalam menghadapi situasi sulit secara efektif. Meskipun definisi ini tidak secara spesifik membahas konteks keibuan, kualitas ini sangat relevan dalam pengasuhan anak dengan ASD yang kerap disertai tekanan emosional yang tinggi dan berkepanjangan. Dalam konteks ini, resiliensi yang tinggi dapat berperan dalam menurunkan parental burnout, karena berkaitan dengan berbagai dimensi dari kondisi tersebut. Pada dimensi exhaustion in one's parental role, resiliensi membantu ibu membangun ketahanan psikologis terhadap kelelahan emosional akibat beban pengasuhan yang berat dan terus-menerus. Pada contrast with previous parental self, resiliensi memungkinkan ibu menerima perubahan identitas keibuan, menyesuaikan ekspektasi terhadap diri sendiri, serta membentuk pemaknaan baru atas peran yang dijalani. Dalam feelings of being fed up, resiliensi berperan dalam menjaga motivasi, mengelola kejenuhan, dan tetap menemukan 28 nilai dalam proses pengasuhan. Sedangkan pada emotional distancing, resiliensi memperkuat kemampuan ibu untuk tetap terhubung secara emosional dengan anak meskipun dalam kondisi kelelahan, sehingga pengasuhan tetap dilakukan secara sadar dan penuh kepekaan terhadap kebutuhan anak. Dalam konteks pengasuhan anak dengan ASD, resiliensi tidak hanya berperan sebagai daya lenting emosional, tetapi juga menjadi dasar dari keberlanjutan peran keibuan itu sendiri. Dengan mempertimbangkan keempat dimensi parental burnout, dapat dipahami bahwa resiliensi bekerja secara menyeluruh terhadap aspek emosional, identitas, motivasi, hingga relasi interpersonal ibu dengan anak. Artinya, keterhubungan antara beban pengasuhan, parental burnout, dan resiliensi bukanlah hubungan yang terpisah, melainkan saling terkait dalam satu proses psikologis yang dinamis. Dari sini terlihat bahwa keberadaan resiliensi sebagai kualitas pribadi yang dimiliki ibu berpotensi membentuk jalur adaptasi yang aktif terhadap tekanan jangka panjang, sehingga ibu tetap dapat menjalankan perannya

dengan penuh kesadaran, meski dalam situasi yang penuh tuntutan.

Berdasarkan uraian konseptual yang telah disampaikan, kerangka berpikir dalam penelitian ini secara visual dapat digambarkan sebagai berikut

Gambar 2.1 Kerangka berpikir 2.4 Hipotesis Peneliti merumuskan

hipotesis penelitian sebagai berikut: H0: Tidak terdapat pengaruh resiliensi terhadap parental burnout pada ibu dengan anak Autism

Spectrum Disorder (ASD). 29 Parental Burnout Resiliensi Ha: Terdapat

pengaruh negatif signifikan resiliensi terhadap parental burnout pada

ibu dengan anak Autism Spectrum Disorder (ASD). 1 2 5 8 15 21 30 BAB III

METODE PENELITIAN 3.1 Pendekatan Penelitian Penelitian ini dilakukan

dengan menggunakan metode pendekatan secara kuantitatif, yaitu proses

pengukuran variabel pada setiap subjek untuk memperoleh skor yang

umumnya dinyatakan dalam bentuk angka. Data tersebut kemudian dianalisis

secara statistik untuk menghasilkan ringkasan dan interpretasi (Gravetter

& Forzano, 2021). Pendekatan kuantitatif digunakan untuk menguji

pengaruh variabel resiliensi terhadap parental burnout pada ibu dengan

anak ASD melalui analisis statistik. 5 30 3.2 Variabel Penelitian Parental

burnout sebagai Dependent Variable (DV) dan resiliensi sebagai

Independent Variable (IV) merupakan kedua variabel yang digunakan dalam penelitian ini.

5 3.2 3 9 1 Definisi Operasional Parental Burnout Secara

operasional, parental burnout diukur berdasarkan total skor dari

instrumen The Parental Burnout Assessment (PBA) yang dikembangkan oleh

Roskam et al. (2018). Instrumen ini mengevaluasi empat aspek, yaitu

kelelahan dalam peran sebagai orang tua, perbedaan antara diri

sebagai orang tua saat ini dan sebelumnya, perasaan jenuh, serta

keterlibatan emosional yang berkurang. Skor PBA yang lebih tinggi

mencerminkan tingkat parental burnout yang lebih tinggi pada ibu yang

memiliki anak dengan ASD. 6 3.2 3 6 10 16 27 2 Definisi Operasional

Resiliensi Resiliensi secara operasional didefinisikan melalui skor total

yang diperoleh dari The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC),

yang dikembangkan oleh Connor dan Davidson (2003). Instrumen ini mencakup

lima dimensi, yaitu kompetensi pribadi, kepercayaan terhadap intuisi diri, penerimaan positif terhadap perubahan, kemampuan mengendalikan diri, dan pengaruh spiritual. **9 41** Semakin tinggi skor total yang diperoleh, semakin tinggi tingkat resiliensi pada ibu yang memiliki anak dengan ASD.

4 3.3 Populasi dan Sampel Populasi dalam penelitian ini merujuk pada ibu yang memiliki anak dengan Autism Spectrum Disorder (ASD). Karena data pasti terkait jumlah ibu dengan anak ASD belum tersedia, peneliti mengacu pada data Kementerian Kependudukan dan Pembangunan Keluarga (BKKBN, 2024) yang mencatat sekitar 2,4 juta anak ASD di Indonesia.

Dengan asumsi bahwa setiap anak diasuh oleh satu ibu sebagai pengasuh utama, populasi penelitian diperkirakan berjumlah sama. **1 4 35** Berdasarkan tabel Isaac dan Michael (dalam Sugiyono, 2019) dengan tingkat

kesalahan 5%, jumlah sampel yang ditetapkan adalah 386 responden. **1 8 15 48** Sampel ini diambil untuk mewakili karakteristik populasi secara keseluruhan (Gravetter & Forzano, 2021). **1 8** Penelitian ini menggunakan metode

non-probability sampling dengan jenis convenience sampling untuk menentukan sampel.

Metode ini melibatkan partisipan yang mudah diakses oleh peneliti dan dipilih berdasarkan ketersediaan mereka untuk berpartisipasi (Gravetter & Forzano, 2021). Berdasarkan pemaparan, sampel yang ditetapkan dalam penelitian ini adalah: a. Ibu yang memiliki anak dengan ASD@berusia@2 – 18 tahun. Peneliti menetapkan batasan usia anak lebih dari 2 tahun karena perilaku yang terkait dengan gangguan Autism Spectrum Disorder (ASD) umumnya mulai tampak pada 32 usia dini, terutama pada rentang usia 12–24 bulan. Gejala dapat muncul lebih awal jika keterlambatan perkembangan sangat jelas, atau lebih lambat jika gejalanya tidak terlalu mencolok (APA, 2022).

Dengan demikian, ibu yang memiliki anak berusia lebih dari 2 tahun dipilih sebagai partisipan untuk memastikan bahwa gejala ASD sudah dapat diamati dengan lebih jelas. b. Ibu dan anak ASD tinggal dalam satu rumah c. Diagnosa ASD diberikan oleh profesional seperti Psikolog dan/atau Psikiater **33** 3.4 Instrumen Penelitian Terdapat dua

instrumen yang digunakan pada penelitian ini, yakni The Parental Burnout Assessment (PBA) guna mengukur parental burnout dan The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) guna mengukur resiliensi. 3.4 

Deskripsi Instrumen Parental Burnout Instrumen Parental Burnout

Assessment (PBA) yang dikembangkan oleh Roskam et al. (2018). Secara keseluruhan, PBA memiliki reliabilitas yang sangat tinggi, dengan nilai Cronbach's alpha mencapai 0,960. Uji reliabilitas pada masing-masing dimensi yang dilaporkan oleh Roskam et al. (2018) juga menunjukkan konsistensi internal yang tinggi, yaitu 0,93 untuk dimensi exhaustion in one's parental role, 0,94 untuk contrast with previous parental self, 0,91 untuk feelings of being fed up, dan 0,77 untuk emotional distancing. Nilai-nilai ini menegaskan bahwa masing-masing dimensi dari PBA dapat diandalkan untuk mengukur parental burnout. Di samping itu, validitas konstruk alat ini juga telah dikonfirmasi melalui uji convergent validity, yang membandingkan empat dimensi PBA dengan tiga dimensi dari Parental Burnout Inventory (PBI), menghasilkan bukti validitas yang kuat (Roskam et al., 2018). Oleh karena itu, PBA dipandang sebagai instrumen yang sah dan andal dalam mengukur tingkat parental burnout secara menyeluruh. Instrumen PBA telah dialihbahasakan oleh peneliti ke dalam Bahasa Indonesia yang terlampir pada Lampiran 1. Untuk memastikan struktur kalimat yang baku dan penggunaan bahasa yang mudah dipahami, peneliti terlebih dahulu menyusun terjemahan awal dengan bantuan teknologi kecerdasan buatan (AI). Terjemahan awal ini kemudian dikonsultasikan kepada dosen pembimbing guna memperoleh expert judgement. Dosen pembimbing memberikan beberapa masukan terhadap aitem- 34 aitem yang dinilai belum tepat atau kurang sesuai dengan konteks, yang kemudian direvisi oleh peneliti berdasarkan arahan tersebut. Revisi hasil konsultasi ini tercantum dalam Lampiran 2. Setelah itu, peneliti melakukan pemeriksaan terhadap kecocokan setiap aitem dan melanjutkan dengan uji keterbacaan.  Uji keterbacaan dilakukan kepada tiga

partisipan yang memiliki karakteristik serupa dengan subjek penelitian, yaitu ibu dengan anak ASD. Komentar dan tanggapan dari partisipan mengenai kejelasan dan pemahaman aitem dapat dilihat pada Lampiran 3. Berdasarkan hasil uji keterbacaan tersebut, ditemukan bahwa aitem nomor 2, 8, dan 23 masih perlu diperjelas. Peneliti, dengan mempertimbangkan masukan dari dosen pembimbing, kemudian melakukan revisi terhadap ketiga aitem tersebut. Revisi akhir dapat dilihat pada Lampiran 4. Terdapat empat dimensi utama dalam instrumen PBA, sebagaimana dirangkum dalam Tabel 3.1. **51** Instrumen ini terdiri dari 23 item pernyataan yang bersifat favorable. Salah satu contoh aitem adalah: “Saya merasa sangat lelah menjalani peran sebagai orang tua sehingga bahkan tidur pun tidak cukup untuk memulihkan energi saya **24** Skala pengukuran yang digunakan adalah skala Likert tujuh poin, yang mencakup rentang dari (tidak pernah) hingga 6 (setiap hari). Total skor parental burnout diperoleh dengan menjumlahkan seluruh skor item yang direspons oleh partisipan. Distribusi item dalam instrumen PBA dapat dilihat secara rinci pada Tabel 3.1. Tabel 3.1 Sebaran Instrumen PBA Dimensi Indikator Nomor Aitem Jumlah Aitem Exhaustion in one’s parental role Individu merasa kelelahan secara emosional dalam tanggung jawab sebagai orang tua 1, 4, 9, 10, 21 9 Individu merasa mencapai batas kemampuan diri dalam peran orang tua 8, 15, 23 Contrast Individu merasa perubahan persepsi 2, 5, 13 6 35 with previous parental self terhadap kualitas peran sebagai orang tua Individu merasa kehilangan kebahagiaan dalam berinteraksi dengan anak dan perasaan tidak lagi mencapai tujuan dalam peranannya sebagai orang tua 17, 18, 19 Feelings of being fed up Individu merasa muak terhadap tanggung jawab sebagai orang tua 6, 16 5 Individu kehilangan kemampuan untuk bertahan dalam peran orang tua 7, 11, 12 Emotional distancing Individu merasa kehilangan kemampuan untuk terlibat secara emosional dengan anak 14, 20, 22 3 Total 23 36 3.4.2 Deskripsi Instrumen Resiliensi Penelitian ini memanfaatkan Connor-Davidson

Resilience Scale (CD-RISC) sebagai instrumen untuk mengukur tingkat resiliensi individu. Instrumen ini awalnya dikembangkan oleh Connor dan Davidson (2003), namun versi yang digunakan dalam penelitian ini adalah versi pendek yang terdiri dari 10 aitem dan telah disesuaikan oleh Sills dan Stein (2007) dalam bentuk konstruk unidimensional. CD-RISC versi 10-aitem ini memiliki tingkat reliabilitas yang baik, ditunjukkan oleh nilai Cronbach's alpha sebesar 0,850 (Sills & Stein, 2007). Selain itu, validitas konstruk dari instrumen ini juga telah diuji dan menunjukkan bahwa semua item yang ada valid dalam mengukur aspek resiliensi. Sebagai bagian dari proses adaptasi instrumen, peneliti menerjemahkan alat ukur dari Bahasa Inggris ke Bahasa Indonesia untuk memastikan kesesuaian bahasa dan kemudahan pemahaman bagi partisipan. Proses penerjemahan instrumen dilakukan oleh peneliti dari Bahasa Inggris ke dalam Bahasa Indonesia guna memastikan keterpahaman oleh partisipan. Untuk membantu menyempurnakan struktur kalimat dan penggunaan bahasa agar lebih baku dan mudah dipahami, peneliti memanfaatkan teknologi kecerdasan buatan (AI) dalam proses penyusunan terjemahan awal. Hasil terjemahan terlampir pada Lampiran 5. Setelah itu, peneliti melakukan penyesuaian terhadap aitem-aitem berdasarkan masukan dari dosen pembimbing melalui expert judgement. Hasil dari proses expert judgement ini tercantum pada Lampiran 6. Selanjutnya, peneliti melaksanakan uji keterbacaan yang melibatkan tiga partisipan dengan karakteristik serupa dengan subjek penelitian, yaitu ibu dengan anak ASD. Hasil uji keterbacaan yang tercantum pada Lampiran 7 menunjukkan bahwa aitem nomor 3 pada CD-RISC kurang dipahami oleh 37 partisipan, sehingga perlu dilakukan revisi. Berdasarkan masukan dari partisipan serta arahan dari dosen pembimbing, peneliti melakukan perbaikan terhadap aitem tersebut agar lebih jelas dan mudah dipahami oleh partisipan. Hasil revisi akhir terhadap aitem nomor 3 tercantum dalam Lampiran 8. Salah satu contoh item dari instrumen ini adalah: "Saya mampu beradaptasi dengan perubahan

10 Instrumen CD-RISC menggunakan skala Likert lima poin, yaitu dari 0 (sama sekali tidak benar) hingga 4 (hampir selalu benar). Skor total diperoleh dengan menjumlahkan nilai dari seluruh item, mencerminkan satu dimensi umum dari resiliensi. Skor yang lebih tinggi menunjukkan tingkat resiliensi yang lebih kuat pada individu yang diukur. 3.5

Pengujian Psikometri Penelitian ini bertujuan untuk menguji reliabilitas dan validitas dua alat ukur, yaitu PBA dan CD-RISC, melalui pendekatan psikometrik. Analisis reliabilitas akan dilakukan menggunakan software JASP versi 0.19.2, sedangkan validitas konten akan dinilai melalui evaluasi ahli (expert judgement). Sebanyak 57 responden yang merupakan ibu dari anak dengan ASD akan mengisi kuesioner melalui Google Form sebagai bagian dari uji coba instrumen. 11 3.5 11 12 1

Validitas Alat Ukur Parental Burnout (PBA) Uji validitas yang digunakan untuk The Parental Burnout Assessment (PBA) adalah content validity yang telah diterjemahkan oleh peneliti. Setelah proses terjemahan awal selesai, peneliti mengonsultasikan hasil terjemahan tersebut kepada dosen pembimbing sebagai pihak yang memberikan expert judgement. Masukan dari dosen pembimbing digunakan untuk menilai kesesuaian makna, kejelasan bahasa, dan keterwakilan konstruk dalam setiap aitem. Berdasarkan masukan 38 tersebut, peneliti melakukan penyesuaian terhadap aitem-aitem yang dianggap kurang tepat. Hasil dari proses expert judgement ini menunjukkan bahwa secara keseluruhan, aitem-aitem dalam instrumen telah merepresentasikan konstruk parental burnout dengan baik, serta dinilai layak dan valid untuk digunakan dalam konteks penelitian ini. 3.5.2 Reliabilitas Alat Ukur Parental Burnout (PBA)

Reliabilitas instrumen Parental Burnout Assessment (PBA) dalam penelitian ini diuji menggunakan metode Cronbach's alpha melalui perangkat lunak JASP versi 0.19.2. Mengacu pada kriteria Shultz et al. (2014), nilai reliabilitas $\geq 0,7$ dianggap memadai. Hasil analisis menunjukkan nilai Cronbach's alpha sebesar 0,978, yang menunjukkan bahwa PBA memiliki reliabilitas sangat tinggi dan konsisten dalam mengukur

konstruk parental burnout. **1 2 6 3.5 1 2 4 6 3 Analisis Aitem Alat**
Ukur Parental Burnout (PBA) Peneliti melakukan analisis item terhadap
23 item dalam alat ukur PBA menggunakan item-rest correlation melalui
aplikasi JASP versi 0.19 **2**. Berdasarkan panduan Streiner et al. (2015),
item yang memiliki nilai korelasi di bawah 0,2 sebaiknya dieliminasi
karena dianggap kurang berkontribusi terhadap konsistensi alat ukur.
Dalam penelitian ini, seluruh aitem memiliki nilai korelasi di atas
0,2, sehingga tidak ada aitem yang perlu dihapus. Hasil analisis
menunjukkan bahwa nilai item-rest correlation berada dalam rentang
0,481 hingga 0,906. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa analisis
aitem pada PBA menunjukkan hasil yang baik, dengan semua aitem
memenuhi syarat sebagai aitem yang berkualitas dan layak digunakan dalam pengukuran.

11 39 3.5 11 12 4 Validitas Alat Ukur Resiliensi (CD-RISC) Proses
pengujian validitas alat ukur menggunakan content validity pada CD-RISC
dilakukan dengan cara yang serupa dengan pengujian pada alat ukur sebelumnya.
CD-RISC yang digunakan telah diadaptasi oleh Sills dan Stein
(2007), kemudian diterjemahkan ke dalam Bahasa Indonesia oleh peneliti.
Setelah proses penerjemahan, peneliti melakukan penyesuaian terhadap
aitem-aitem berdasarkan masukan dari expert judgement , yaitu dosen
pembimbing yang memiliki keahlian di bidang psikologi. Masukan tersebut
digunakan untuk memastikan bahwa setiap aitem dalam alat ukur tetap
merepresentasikan konstruk resiliensi secara tepat dalam konteks budaya
dan bahasa Indonesia. Berdasarkan hasil penilaian tersebut, aitem-aitem
dalam CD-RISC dinyatakan telah merepresentasikan konstruk resiliensi
dengan baik dan dinilai valid secara isi untuk digunakan dalam penelitian ini. **2 3.5**

2 5 Reliabilitas Alat Ukur Resiliensi (CD-RISC) Dalam penelitian
ini, reliabilitas alat ukur CD-RISC diuji menggunakan Cronbach's
alpha melalui aplikasi JASP versi 0.19 **2**. Mengacu pada pedoman Shultz et
al. (2014), nilai koefisien Cronbach's alpha yang diterima untuk
menunjukkan reliabilitas alat ukur adalah minimal 0,7. Hasil analisis
menunjukkan bahwa alat ukur CD-RISC memiliki nilai koefisien Cronbach'

s alpha sebesar 0,747, yang mengindikasikan tingkat reliabilitas yang baik. Namun, terdapat satu aitem yang dihapus karena nilai koefisien dibawah batas minimal. Setelah penghapusan aitem tersebut, peneliti kembali melakukan uji reliabilitas dan memperoleh nilai Cronbach's alpha sebesar 0,767, yang menegaskan bahwa alat ukur CD-RISC tetap reliabel dan bahkan mengalami peningkatan reliabilitas setelah revisi. 1 2 6 40 3.5

1 2 4 6 6 Analisis Aitem Alat Ukur Resiliensi (CD-RISC) Peneliti melakukan analisis terhadap 10 aitem dalam alat ukur CD-RISC menggunakan item-rest correlation melalui aplikasi JASP versi 0.19 2. Mengacu pada panduan Streiner et al. (2015), aitem yang memiliki nilai korelasi di bawah 0,2 dianggap kurang memberikan kontribusi terhadap konsistensi alat ukur, sehingga perlu dieliminasi. Hasil analisis menunjukkan bahwa aitem 8 memiliki nilai korelasi di bawah 0,2, sehingga aitem tersebut dieliminasi dari alat ukur. Setelah eliminasi aitem 8, analisis lebih lanjut menunjukkan bahwa nilai item-rest correlation untuk aitem yang tersisa berada pada rentang 0,287 hingga 0,613. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa setelah dilakukan eliminasi, aitem-aitem pada alat ukur CD-RISC yang tersisa sudah memenuhi kriteria yang diperlukan dan dapat digunakan dengan baik untuk mengukur resiliensi. 3.6 Teknik Analisis Data Analisis pertama yang dilakukan dalam penelitian ini adalah analisis statistik deskriptif untuk memberikan gambaran umum mengenai karakteristik partisipan (Gravetter & Forzano, 2021). Variabel-variabel yang dianalisis secara deskriptif meliputi usia ibu, jumlah anak secara keseluruhan, usia anak dengan ASD, urutan kelahiran anak dengan ASD, pendidikan terakhir ibu, pekerjaan ibu, status pernikahan, dan pemasukan rumah tangga per bulan. Analisis ini bertujuan untuk memahami latar belakang partisipan dan memberikan konteks terhadap hasil utama penelitian. Setelah itu, dilakukan empat rangkaian uji asumsi yang perlu terpenuhi sebelum melanjutkan ke pengujian hipotesis menggunakan regresi linear sederhana (Field, 2018). Uji asumsi tersebut meliputi:

41 a. Uji normalitas, yang bertujuan untuk memastikan bahwa distribusi residual mengikuti pola distribusi normal, yang diuji secara visual melalui histogram atau Q-Q Plot, maupun secara statistik menggunakan uji Shapiro-Wilk dan Kolmogorov-Smirnov. b. Uji linearitas, yang memastikan bahwa hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat bersifat linear, sehingga sesuai dengan karakteristik model regresi linear. c. Uji independensi error, yang bertujuan untuk memverifikasi bahwa residual antar-observasi tidak saling berkorelasi, guna menghindari bias dalam estimasi parameter. Jika seluruh asumsi tersebut terpenuhi, maka pengujian hipotesis dilakukan menggunakan regresi linear sederhana untuk melihat pengaruh resiliensi terhadap parental burnout pada ibu yang memiliki anak dengan ASD. Namun, apabila uji normalitas tidak terpenuhi dan data tidak berdistribusi normal, maka digunakan regresi logistik sebagai metode alternatif karena tidak mensyaratkan distribusi normal pada variabel terikat. Seluruh proses analisis dilakukan menggunakan perangkat lunak JASP versi 0.19.2.0.

2 3.7 Prosedur Penelitian Prosedur penelitian berisi tahapan yang dilalui dalam penelitian, mulai dari awal sampai dengan proses pengolahan data.

Prosedur penelitian dijalani dengan langkah, seperti berikut: a. Proses pengumpulan data berlangsung dari Januari hingga Mei 2025. Peneliti menggunakan kuesioner online melalui Google Forms untuk menjangkau partisipan yang sesuai dengan kriteria subjek penelitian. Selain itu, peneliti juga secara langsung menemui atau menghubungi by online 42 pada partisipan yang memenuhi kriteria untuk mengisi kuesioner. b. Peneliti meninjau data yang dikumpulkan dari partisipan. Jika ditemukan partisipan yang tidak sesuai dengan kriteria penelitian, data tersebut tidak akan digunakan dalam analisis. c. Data hasil kuesioner kemudian melalui tahap skoring dan diolah menggunakan perangkat lunak Microsoft Excel. d. Untuk analisis lebih lanjut, peneliti menggunakan aplikasi JASP 0.19 1 2 untuk melakukan uji asumsi, seperti uji normalitas, linearitas, independensi eror, dan

homoskedastisitas. e. Apabila asumsi tersebut terpenuhi, peneliti melanjutkan uji hipotesis dengan uji regresi linear. Namun, jika tidak terpenuhi, peneliti beralih menggunakan uji regresi logistik. f. Setelah mendapatkan hasil dari olah data, maka peneliti akan membentuk tabel dan melakukan interpretasi data secara deskriptif. g. Peneliti memberikan kesimpulan terhadap hasil dari penelitian yang telah diperoleh.

14 19 29 43 BAB IV HASIL DAN ANALISIS PENELITIAN 4.1 Gambaran Umum Partisipan Penelitian Dalam penelitian ini, partisipan yang digunakan adalah para ibu yang memiliki anak dengan Autism Spectrum Disorder (ASD). Seluruh partisipan merupakan Warga Negara Indonesia (WNI) dan tinggal satu rumah dengan anak yang didiagnosis ASD. 10 Anak-anak dengan ASD dalam penelitian ini berada pada rentang usia 2 hingga 18 tahun. Data demografis yang dikumpulkan dalam penelitian ini terdiri atas beberapa karakteristik, antara lain usia ibu, pendidikan terakhir, pekerjaan, status pernikahan, jumlah anak yang dimiliki, dan urutan kelahiran anak dengan ASD dalam keluarga. Selain itu, peneliti juga mengumpulkan informasi terkait usia anak dengan ASD saat ini serta usia saat pertama kali didiagnosis oleh profesional. Pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner menggunakan platform Google Form secara online, yang dilaksanakan sejak bulan Januari hingga Mei 2024. Strategi penyebaran dilakukan secara luas dan berjejaring, dimulai dari media sosial dan melalui pendekatan personal. Peneliti memanfaatkan jaringan relasi dengan beberapa ibu dari anak dengan ASD untuk membantu menyebarluaskan kuesioner kepada lingkaran pertemanan mereka yang juga memiliki karakteristik serupa. Selain itu, pihak Sekolah Kak Seto juga turut membantu dengan membagikan kuesioner kepada ibu yang memiliki anak dengan ASD. Dari total 429 partisipan yang mengisi kuesioner, sebanyak 405 data partisipan dipilih untuk dianalisis lebih lanjut. Sebanyak 24 data lainnya tidak digunakan karena menunjukkan respons yang bersifat ekstrem dan berpotensi memengaruhi hasil analisis secara keseluruhan. Nilai ekstrem yang

muncul dalam penelitian ini mencerminkan gaya respons ekstrem, yaitu kecenderungan individu untuk memberikan jawaban yang sangat tinggi atau sangat rendah tanpa mempertimbangkan isi pernyataan secara objektif (Yulianto, 2020).

4.1.1 Gambaran Partisipan Berdasarkan Data

Demografis Berdasarkan Tabel 4.1 gambaran karakteristik ibu dengan anak ASD, partisipan yang dominan merupakan ibu dewasa awal dengan kisaran usia 20 sampai 40 tahun, yakni sebanyak 397 partisipan (98,03%).

Partisipan sebagian besar berpendidikan S1 (45,67%), bekerja sebagai wiraswasta (27,16%), dan berstatus menikah (96,04%). Adapun pemasukan

rumah tangga per bulan terbanyak berada pada kisaran Rp5.000.000

– Rp9.999.999 (42,71%). Dari segi jumlah anak secara keseluruhan

, sebagian besar ibu memiliki satu anak saja, yaitu sebanyak 241

partisipan (59,50%).

Tabel 4.1 Gambaran Karakteristik Ibu dengan Anak

ASD (N=405) Karakteristik N Persenta se Rentang Usia Ibu Dewasa

Awal (20 – 40 tahun) 397 98,03% Dewasa Madya (41 – 53 tahun

) 81,97% Pendidikan Terakhir Ibu Tamat SD 10,25% SLTP – SLTA 1

09 26,91% Diploma (D1, D2, D3) 107 26,42% S1 185 45,68%

S2 30,74% Pekerjaan Ibu Wiraswasta (Pedagang, Pemilik Toko, Content

Creator) 1127,16% Ibu Rumah Tangga (IRT) 109 26,92% Karyawan

Swasta 96 23,70% PNS 90 22,22% Status Pernikahan Ibu Menikah 389

96,05% Bercerai 16 3,95% Pemasukan Rumah Tangga Per-bulan <Rp5.000.000

60 14,81% Rp5.000.000 - Rp9.999.999 173 42,72% Rp10.000.000 -

Rp14.999.999 13 32,10% Rp15.000.000 - Rp19.999.999 33 8,15% 46

Karakteristik N Persenta se \geq Rp20.000.000 9 2,22% Jumlah Anak

Keseluruhan 124 159,51% 2 12 6 31,11% 3 36 8,89% \geq 4

20,49% Berdasarkan Tabel 4.2 gambaran anak dengan ASD, sebagian

besar anak dengan ASD berada pada rentang usia early childhood atau

usia dini, yaitu sebanyak 275 partisipan (67,90%). Selain itu,

mayoritas anak diketahui didiagnosis mengalami ASD juga pada usia

dini (early childhood), yakni sebanyak 376 partisipan (92,84%).
Temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian besar ibu telah menyadari

dan melakukan pemeriksaan terhadap kondisi anak sejak usia dini, sehingga diagnosis dapat dilakukan lebih awal. Sementara itu, berdasarkan urutan kelahiran, mayoritas anak dengan ASD merupakan anak pertama, yaitu sebanyak 299 partisipan (73,82%). Data ini memperlihatkan bahwa dalam sebagian besar kasus, anak pertama dalam keluarga menjadi individu yang didiagnosis dengan ASD. Tabel 4.2

Gambaran Karakteristik Anak dengan ASD Karakteristik N Persenta se
 Usia Anak dengan ASD Early Childhood (2 – 6 tahun) 27 5 67,90
 % Middle and Late Childhood (7 – 11 tahun) 11 27,16% Adolescenc
 e (12 – 18 tahun) 20 4,94% Usia Anak saat Didiagnosa Earl
 y Childhood (2 – 6 tahun) 37 6 92,84% Middle and Late Childhoo
 d (7 – 11 tahun) 27 6,66% Adolescence (12 – 18 tahun) 2 0,
 50% Urutan Kelahiran Anak dengan ASD 1 29 9 73,83% 2 91 22,47%
 3 15 3,70% 47

4.2 Analisis Hasil Statistik Deskriptif Analisis hasil yang dilakukan pertama kali adalah analisis statistik deskriptif terhadap variabel parental burnout dan resiliensi, yakni berupa gambaran kedua variabel.

4.2.1 Gambaran Parental Burnout Gambaran parental burnout pada penelitian ini dapat ditunjukkan dari nilai mean yang didapat dari keseluruhan partisipan. Roskam et al. (2018) menjelaskan bahwa pengukuran PBA dilakukan menggunakan skala Likert dengan tujuh tingkat respons, yakni skala (0 – 6). Tabel 4.3 menyajikan gambaran deskriptif variabel parental burnout. Tabel 4.3

Gambaran Variabel Parental Burnout SD Mean Teoriti k Mean Empiri k
 Mi n Mak s Parental Burnout 27,1 69 72,46 20 117 Exhaustion in
 one’s parental role 10,5 3 27 28,63 6 48 Contrast with previous
 parental self 7,34 18 18,92 3 34 Feelings of being fed up 5,29
 15 12,44 22 Emotional distancing 4,13 9 9,31 18

Tabel 4.3 memperlihatkan hasil dari gambaran variabel parental burnout beserta keempat dimensinya. Berdasarkan tabel tersebut, nilai mean empirik variabel parental burnout ($M = 72,46$) tidak berbeda dengan mean teoritik ($M = 69,0$) karena selisih keduanya tidak lebih besar dar

i standar deviasi (SD=27,10). Hal ini menunjukkan bahwa secara umum partisipan dalam penelitian ini memiliki tingkat parental burnout yang cenderung sedang. Hasil analisis mean pada masing-masing dimensi parental burnout juga menunjukkan tidak adanya perbedaan antara mean empirik dan mean teoritik. Artinya, secara umum partisipan dalam penelitian ini menunjukkan tingkat parental burnout yang berada pada kategori sedang di masing-masing dimensinya.

4.2.1.1 Kategorisasi Parental Burnout

Kategorisasi parental burnout juga dapat ditentukan berdasarkan nilai cut off sebagaimana dijelaskan oleh Brianda et al. (2023). Cut off score tersebut diperoleh melalui pendekatan analisis rerata (mean analysis) terhadap enam indikator parental burnout yang berasal dari berbagai sumber, seperti laporan diri, penilaian klinis, dan kadar kortisol rambut. Angka tersebut dipilih karena merupakan nilai yang paling konservatif dan dianggap paling representatif dalam mendeteksi parental burnout pada tingkat paling berat (severe) (Brianda et al., 2023). Rincian kategorisasi tersebut disajikan pada Tabel 4.4.

Kategori	Rentang Skor	n (%)
Parental burnout	$\geq 86,3$	164 (40,49)
Non Parental Burnout	$\leq 86,3$	241 (59,50)

Brianda et al. (2023) mengklasifikasikan skor parental burnout (PB) ke dalam dua pendekatan, yaitu most conservative dan less conservative . Pada pendekatan most conservative , individu dikelompokkan ke dalam kategori utama yaitu parental burnout (PB) jika memperoleh skor $\geq 86,3$. Sementara individu dengan skor $< 86,3$ dikategorikan ke dalam kelompok non- parental burnout . Kategori non-PB ini mencakup individu yang berada pada rentang risiko parental burnout , yaitu mereka dengan skor antara 52,7 hingga 86,2, serta individu dengan skor $< 52,6$ yang tidak menunjukkan parental burnout . Pendekatan ini dianggap sebagai yang paling konservatif karena hanya individu dengan skor sangat tinggi yang diklasifikasikan sebagai parental burnout . Tujuannya adalah untuk menghindari kesalahan klasifikasi

positif (false positive), yakni agar individu yang sebenarnya tidak mengalami parental burnout tidak keliru 49 terdeteksi seolah-olah mengalami parental burnout . Sementara itu, pendekatan less conservative membagi skor parental burnout menjadi tiga kategori, yaitu PB ($\geq 86,3$), risiko PB ($52,7-86,3$), dan tidak PB ($<52,6$).

Pendekatan ini bertujuan untuk mendeteksi individu yang berada dalam rentang risiko maupun yang belum menunjukkan gejala secara penuh, sehingga kesalahan negatif (false negative) dapat diminimalisasi, yakni kesalahan dalam mengidentifikasi individu yang sebenarnya memiliki gejala meskipun belum terlalu terlihat. Dalam penelitian ini, pendekatan yang digunakan adalah most conservative menurut Brianda et al. (2023), di mana hanya individu dengan skor $\geq 86,3$ yang dimasukkan ke dalam kategori parental burnout , sedangkan mereka yang berada dalam rentang risiko maupun tidak mengalami parental burnout dimasukkan ke dalam kelompok non-parental burnout . Hal ini dikarenakan kategori 'risiko parental burnout ' mencakup rentang skor parental burnout yang luas, sehingga dikhawatirkan mencampurkan individu dengan risiko sedang dan individu dengan tingkat parental burnout yang parah secara bersamaan akan menghasilkan interpretasi yang kurang tepat.

4.2.2 Gambaran Resiliensi

Gambaran resiliensi pada subjek penelitian ini ditinjau berdasarkan nilai total skor partisipan, mengingat alat ukur Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) yang digunakan dalam penelitian ini bersifat unidimensional, sehingga tidak memiliki pembagian ke dalam dimensi-dimensi spesifik. Tabel 4.5 Gambaran Resiliensi

SD	Mean	Teoritik	Mean	Empirik	Min	Maks
9,26	25	24,18	4	37	50	

Pada Tabel 4.5, nilai mean empirik ($M=24,18$) tidak berbeda dengan mean teoritik ($M=25$) karena selisih keduanya tidak lebih besar dari standar deviasi ($SD=9,25$). Hal ini menunjukkan bahwa secara umum partisipan dalam penelitian ini memiliki tingkat resiliensi yang cenderung sedang.

25 45 4.3 Uji Asumsi Sebelum peneliti melakukan uji hipotesis, dilakukan uji asumsi terlebih dahulu.

14 Jika uji asumsi tersebut terpenuhi, peneliti dapat melakukan uji linear sederhana. Jika asumsi tidak mampu terpenuhi, maka peneliti dapat melakukan uji regresi logistik. 4.3 28 1 Uji Normalitas Sebelum melakukan analisis regresi, peneliti terlebih dahulu melaksanakan uji normalitas untuk memastikan apakah data parental burnout yang digunakan memiliki distribusi normal. 47 Uji ini penting karena distribusi normal merupakan salah satu asumsi utama dalam analisis regresi linier. Data dinyatakan terdistribusi normal apabila nilai signifikansinya melebihi 0,05 (Gravetter & Forzano, 2021). 23 50 Dalam penelitian ini, uji normalitas dilakukan dengan menggunakan metode Kolmogorov-Smirnov. Tabel 4. 6 Hasil Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov Kolmogorov- Smirnov P-value Kolmogorov-Smirnov Parental Burnout 0,112 <0,001 Berdasarkan hasil pengujian yang ditampilkan pada Tabel 4.6, diperoleh bahwa variabel parental burnout ($S = 0,112$; $p = 0,001$) tidak menunjukkan distribusi normal, ditunjukkan oleh nilai signifikansi yang berada di bawah 0,05. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa asumsi normalitas tidak terpenuhi. 53 51 Akibatnya, analisis regresi linier tidak dapat digunakan dalam penelitian ini.

44 4.4 Uji Hipotesis Peneliti menggunakan uji regresi logistik untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini. 24 46 Pemilihan metode ini didasarkan pada hasil uji normalitas yang menunjukkan bahwa data tidak terdistribusi normal.

5 Ketidakterpenuhan uji normalitas menyebabkan uji asumsi lainnya, seperti uji linearitas, independensi error, dan homoskedastisitas, tidak dilakukan lebih lanjut. Oleh karena itu, regresi linear tidak dapat digunakan, dan regresi logistik dipilih sebagai metode analisis yang lebih sesuai (Goss-Sampson, 2024). 4.4.1 Regresi Logistik Menurut Goss-Sampson (2024), regresi logistik digunakan untuk menganalisis pengaruh antara variabel-variabel yang berskala kategorikal atau dikotomi, yang diklasifikasikan ke dalam kategori tinggi dan rendah. Dalam penelitian ini, klasifikasi parental burnout mengacu pada cut-off score most conservative berdasarkan Brianda et al. (2023), yang mencakup dua kelompok, yakni Parental Burnout (PB) dan Non- Parental

Burnout (non-PB). Kelompok PB mencakup partisipan dengan skor $\geq 86,3$. sedangkan kelompok non-PB terdiri dari partisipan dengan skor $< 86,3$. Berdasarkan klasifikasi tersebut, analisis regresi logistik digunakan untuk menguji apakah resiliensi berpengaruh secara signifikan terhadap kemungkinan ibu mengalami parental burnout . Hasil analisis secara lengkap disajikan pada Tabel 4.7. Tabel 4. 7 Hasil Uji Regresi Logistik Resiliensi terhadap Parental Burnout Odds- Ratio X^2 df p Sensitivity Nagelkerke R^2 Specificity H 0,879 112,8 402 $<0,001$ 0,793 0,328 0,768 52 1 17 01 Berdasarkan hasil analisis regresi logistik yang ditampilkan pada Tabel 4.7, resiliensi terbukti menjadi faktor yang mempengaruhi secara negatif signifikan terhadap parental burnout . Model regresi logistik pengaruh resiliensi terhadap parental burnout secara statistik signifikan, $\chi^2(402) = 112,817$, $p < 0,001$, dengan nilai Nagelkerke R^2 sebesar 0,328 menunjukkan bahwa sekitar 32,8% variasi dalam parental burnout dapat dijelaskan oleh resiliensi sedangkan sisanya yaitu 67,2% dipengaruhi oleh variabel lain. Nilai R^2 tersebut tergolong besar melampaui ambang batas 25% mengacu pada klasifikasi besaran pengaruh menurut Gravetter dan Forzano (2021), sehingga model dapat dikatakan memiliki daya prediksi yang kuat. Akurasi klasifikasi model juga baik, dengan sensitivitas sebesar 79,3% dan spesivitas 76,8%, sebagaimana ditunjukkan melalui matriks performa. Temuan ini menunjukkan bahwa model cukup akurat dalam mengklasifikasikan individu yang mengalami maupun tidak mengalami parental burnout . Selain itu, nilai odds ratio (OR) sebesar 0,879 menunjukkan bahwa kebolehjadian partisipan mengalami parental burnout menurun seiring dengan meningkatnya tingkat resiliensi. Dengan kata lain, setiap peningkatan satu satuan dalam skor resiliensi dikaitkan dengan penurunan kemungkinan mengalami parental burnout sebesar 12,1% ($1 - 0,879 = 0,121$). Secara umum, odds- ratio digunakan untuk melihat arah pengaruh antara variabel prediktor dan outcome , jika nilai odds-ratio kurang dari 1, maka semakin tinggi nilai prediktor,

semakin kecil kemungkinan terjadinya outcome tersebut, begitu pun sebaliknya (Goss- Sampson, 2024). **19** Berdasarkan hasil uji regresi logistik, hipotesis null (H_0) ditolak. Artinya, terdapat pengaruh negatif yang signifikan resiliensi terhadap parental burnout pada ibu dengan 53 anak Autism Spectrum Disorder (ASD). Artinya, resiliensi memberikan pengaruh dalam menurunkan risiko terjadinya parental burnout pada ibu dengan anak ASD.

4.5 Analisis Tambahan Analisis tambahan pada Tabel 4.8 dilakukan untuk menggali lebih dalam kemungkinan faktor-faktor lain yang turut berkontribusi terhadap terjadinya parental burnout pada ibu dengan anak ASD. Tabel 4.8 menyajikan hasil analisis regresi logistik untuk menguji pengaruh faktor demografis, yakni usia ibu, tingkat pendidikan ibu, pekerjaan ibu, jumlah anak ibu, dan pemasukan ibu. Secara keseluruhan, model regresi logistik pengaruh resiliensi, usia, pendidikan, pekerjaan, jumlah anak, dan pemasukan ibu terhadap parental burnout signifikan secara statistik, $\chi^2(402) = 112,801$, $p < 0,001$. Nilai Nagelkerke R^2 sebesar 0,328 menunjukkan bahwa model mampu menjelaskan sekitar 32,8% variansi dalam parental burnout berdasarkan faktor-faktor yang dianalisis.

Tabel 4. 8 Hasil Uji Regresi Logistik Analisis Tambahan Model χ^2 df Odds- Ratio Nagelkerk e R^2 p H1

Faktor	χ^2	df	Odds- Ratio	Nagelkerk e R^2	p	H1
Resiliensi	112,801	402	0,879	<0,001	<0,001	
Usia Ibu	0,880		0,880		0,861	
Pendidikan Ibu	0,966	0,897				
Pekerjaan Ibu	2,210	0,208				
Jumlah Anak Ibu	2,599	$\times 10^{-6}$	0,984			
Pemasukan Ibu	0,460	0,020				

Berdasarkan Tabel 4.8, dari keenam faktor yang diuji, hanya resiliensi dan pemasukan ibu yang terbukti signifikan secara statistik terhadap parental burnout, dengan $p < 0,001$ dan odds ratio = 0,879 untuk resiliensi, serta $p = 0,020$ dan odds ratio = 0,460 untuk pemasukan ibu. Nilai odds ratio < 1 menunjukkan bahwa peningkatan resiliensi maupun pemasukan rumah tangga berhubungan dengan penurunan kemungkinan terjadinya parental burnout. Sementara itu, variabel usia ibu (odds ratio = 0,880, $p = 0,861$), pendidikan ibu (odds ratio = 0,966, $p = 0,897$), pekerjaan ibu (odds ratio = 2,210, $p =$

0,208), dan jumlah anak ibu (odds ratio = $2,599 \times 10^{-6}$, $p = 0,984$) tidak menunjukkan pengaruh yang signifikan ($p > 0,05$). Artinya, keempat faktor demografis tersebut tidak memiliki kontribusi yang signifikan dalam memprediksi terjadinya parental burnout pada kelompok ibu dengan anak ASD dalam penelitian ini. 55 BAB V PENUTUP 5.1 Kesimpulan Penelitian ini dilakukan untuk melihat adanya pengaruh resiliensi terhadap parental burnout pada ibu dengan anak Autism Spectrum Disorder (ASD).

13 16 25 38 Berdasarkan hasil analisis, diketahui bahwa resiliensi berpengaruh secara signifikan dan negatif terhadap parental burnout . Artinya, resiliensi yang tinggi dapat menyebabkan penurunan tingkat parental burnout pada ibu dengan anak ASD. Selain itu, berdasarkan analisis deskriptif, mayoritas ibu dengan anak ASD dalam penelitian ini tergolong tidak mengalami parental burnout jika merujuk pada cut-off score most conservative . Artinya, meskipun beberapa gejala kelelahan pengasuhan mulai tampak, kondisi tersebut belum mencapai tingkat yang benar-benar menunjukkan parental burnout . Sementara itu, tingkat resiliensi berada pada kategori sedang, yang berarti ibu memiliki kemampuan untuk beradaptasi dan resilien dengan tekanan, tetapi kemampuan tersebut belum sepenuhnya maksimal. 32 5.2 Diskusi Penelitian ini

bertujuan untuk mengkaji pengaruh resiliensi terhadap tingkat parental burnout pada ibu yang memiliki anak dengan Autism Spectrum Disorder (ASD). 17 22 43

Berdasarkan hasil analisis, ditemukan bahwa resiliensi memiliki pengaruh negatif yang signifikan terhadap parental burnout . Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat resiliensi seorang ibu dapat menyebabkan rendahnya tingkat parental burnout yang dialami. Temuan ini konsisten dengan studi sebelumnya oleh Sorkkila dan Aunola (2021), yang meskipun melibatkan subjek berbeda, menyimpulkan bahwa resiliensi berhubungan secara negatif dengan parental burnout . Penelitian lain oleh Sahrani et al. (2024) juga mendukung temuan ini, dengan menunjukkan bahwa resiliensi berperan penting dalam membantu ibu mengatasi tekanan psikologis akibat peran pengasuhan. Ibu dengan

resiliensi tinggi umumnya lebih mampu menghadapi realitas dengan cara yang realistis, mengelola emosi secara efektif, menjalin dukungan sosial, serta mempertahankan kontrol diri. Hal ini membuat mereka lebih tangguh secara psikologis dalam menghadapi tekanan pengasuhan (Astria & Setyawan, 2020; Dewi & Wideasavitri, 2019). Sebaliknya, apabila tingkat resiliensi rendah, parental burnout yang dialami dapat berkembang menjadi konflik internal dan perilaku mal adaptif, termasuk kecenderungan menjauh secara emosional dari anak atau bahkan memperlakukannya secara negatif (Roskam et al., 2018). Dengan demikian, resiliensi tidak hanya berperan sebagai faktor yang memengaruhi parental burnout, tetapi juga memperkuat ketahanan mental ibu dalam menjalankan peran pengasuhan secara berkelanjutan. **22** Hasil deskriptif dalam penelitian ini juga menunjukkan bahwa sebagian besar ibu memiliki tingkat resiliensi sedang. Namun, terdapat variasi antar partisipan yang menunjukkan bahwa tidak semua ibu memiliki kapasitas adaptasi yang cukup kuat untuk menghadapi tekanan secara optimal. Temuan ini konsisten dengan hasil penelitian terdahulu oleh Güçlü dan Hürmeydan, (2024) yang menyatakan bahwa ibu dengan anak ASD memiliki tingkat resiliensi yang lebih rendah dibandingkan ibu dari anak dengan perkembangan tipikal. Sementara itu, meskipun beban pengasuhan yang dialami ibu tergolong tinggi, sebagian besar partisipan dalam penelitian ini tidak diklasifikasikan mengalami parental burnout secara klinis jika merujuk pada cut-off most conservative. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun tekanan pengasuhan tinggi, tidak semua ibu 57 mengalami kelelahan ekstrem, yang dapat dijelaskan oleh kualitas pribadi yang dimiliki oleh individu seperti resiliensi. Selain resiliensi, hasil analisis tambahan mengungkap bahwa tingkat pemasukan ibu merupakan satu-satunya faktor demografis yang memiliki pengaruh signifikan terhadap parental burnout. Ibu dengan pemasukan di atas UMR menyebabkan rendahnya tingkat parental burnout. Temuan ini mendukung pandangan bahwa kestabilan ekonomi dapat menjadi salah satu

faktor yang dapat memengaruhi dalam menghadapi tekanan pengasuhan, khususnya pada situasi pengasuhan yang menuntut seperti pada anak dengan ASD. Pendapatan yang memadai memungkinkan ibu untuk mengakses berbagai sumber daya pendukung, seperti terapi perilaku, pendidikan khusus, atau layanan kesehatan tambahan, yang pada akhirnya dapat mengurangi beban fisik dan emosional dalam pengasuhan (Bashir et al. , 2014). Temuan ini selaras dengan penelitian Ren et al. (2024), yang menyatakan bahwa kestabilan finansial memiliki peran penting dalam menurunkan parental burnout , terutama ketika orang tua merawat anak dengan kebutuhan khusus. Secara keseluruhan, hasil analisis terhadap variabel-variabel demografis tersebut menunjukkan bahwa karakteristik eksternal, seperti usia, jumlah anak, status pernikahan, dan tingkat pemasukan, cenderung tidak cukup kuat untuk menjelaskan tingkat parental burnout secara signifikan dalam konteks ibu dengan anak ASD. Sementara itu, faktor-faktor demografis seperti usia ibu, jumlah anak, dan status pekerjaan tidak menunjukkan pengaruh yang signifikan terhadap parental burnout dalam penelitian ini. Hal ini menunjukkan bahwa dalam model yang diuji, faktor-faktor tersebut memang tidak berkontribusi secara berarti dalam menjelaskan variasi parental burnout pada ibu dengan anak ASD. Padahal, beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan hasil 58 berbeda, seperti yang diungkapkan oleh Vigouroux dan Scola (2018) bahwa orang tua berusia muda lebih rentan mengalami kelelahan emosional dan kehilangan perasaan pencapaian dalam pengasuhan, serta temuan Hong dan Liu (2021) yang menyatakan bahwa jumlah anak yang lebih banyak dapat meningkatkan risiko parental burnout karena meningkatnya tuntutan pengasuhan dan pembagian sumber daya. Namun, dalam konteks ibu dengan anak ASD, tekanan pengasuhan yang dihadapi tampaknya lebih kompleks dan tidak secara langsung dipengaruhi oleh faktor- faktor demografis tersebut. Usia atau jumlah anak mungkin menjadi kurang relevan jika dibandingkan dengan beratnya kebutuhan khusus anak ASD itu sendiri. Selain itu, status pekerjaan

juga tidak menunjukkan pengaruh signifikan dalam penelitian ini, meskipun studi lain seperti Abidin et al. (2024) menemukan bahwa pekerjaan full-time dapat menurunkan parental burnout karena memberikan ruang aktualisasi diri dan waktu jeda dari aktivitas pengasuhan. Temuan ini mengindikasikan bahwa dalam kasus ibu dengan anak ASD, faktor-faktor psikologis seperti resiliensi justru menjadi faktor yang lebih dominan dalam menjelaskan parental burnout dibandingkan dengan faktor-faktor demografis umum. Dengan demikian, resiliensi tidak hanya menjadi faktor yang memengaruhi parental burnout, tetapi juga menjadi kekuatan penting yang memungkinkan ibu tetap menjalankan peran pengasuhan dengan penuh usaha, meskipun berada dalam kondisi yang penuh tekanan. Dalam situasi ini, resiliensi menjadi fondasi adaptif yang memungkinkan ibu untuk tidak hanya bertahan, tetapi juga menyesuaikan diri secara efektif terhadap tekanan dan perubahan yang terus-menerus terjadi dalam proses pengasuhan. Sejalan dengan pendapat Connor dan Davidson (2003), individu dengan tingkat resiliensi yang tinggi mampu berkembang meskipun menghadapi berbagai kesulitan. Hal ini juga tercermin pada ibu yang telah berhasil membangun resiliensi secara optimal, di mana mereka mampu menjalani peran keibuannya secara lebih tenang, sabar, dan penuh penerimaan. Penelitian Astria dan Setyawan (2020) serta Dewi dan Widiasavitri (2019) turut memperkuat temuan ini, bahwa resiliensi memungkinkan ibu untuk tetap berfungsi secara sehat dan produktif di tengah situasi pengasuhan yang penuh tekanan, serta mampu mengelola kelelahan fisik maupun emosional yang menyertainya. Sebaliknya, ketika resiliensi belum terbentuk secara optimal, ibu cenderung lebih mudah mengalami ketidakberdayaan, kelelahan berlebih, dan kehilangan makna dalam peran pengasuhannya. Hal ini berisiko mengganggu hubungan emosional antara ibu dan anak, serta berdampak negatif terhadap kesejahteraan ibu secara keseluruhan.

37 5.3 Saran Setelah menuntaskan penelitian ini, maka saran yang dapat diberikan oleh peneliti pada pihak-pihak terkait adalah sebagai berikut: 5.3

1 Saran Metodologis Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa resiliensi hanya menjelaskan 32,8% variasi parental burnout pada ibu dengan anak ASD, sehingga masih terdapat 67,2% faktor lain yang belum diteliti. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk mempertimbangkan variabel lain yang relevan, seperti perceived social support dan parenting self-efficacy . Lin et al. (2022) menemukan bahwa dukungan sosial yang dirasakan dapat menurunkan tingkat parental burnout pada orang tua, sedangkan Muliasari dan Amalia (2024) menunjukkan bahwa keyakinan orang tua terhadap kemampuan pengasuhan (parenting self- efficacy) juga berperan dalam menurunkan parental burnout . 60 Meskipun kedua faktor tersebut telah terbukti berpengaruh pada populasi umum, masih diperlukan penelitian lebih lanjut untuk menguji pengaruhnya secara spesifik pada ibu dengan anak ASD. Selanjutnya, pada kuesioner yang disebarluaskan melalui Google Form belum terdapat pertanyaan konfirmasi terkait apakah anak telah mendapatkan diagnosa resmi dari profesional seperti Psikolog dan/ atau Psikiater, serta apakah ibu dan anak tinggal dalam satu rumah. Padahal, kedua hal tersebut penting untuk memastikan bahwa partisipan memenuhi kriteria inklusi penelitian. Oleh karena itu, disarankan agar pada penelitian selanjutnya, peneliti menambahkan pertanyaan konfirmasi tersebut di@awal@kuesioner. Selain itu, mengingat data dalam penelitian ini tidak terdistribusi normal, kemungkinan disebabkan oleh ketidakseimbangan jumlah partisipan pada beberapa kategori demografis. Oleh karena itu, disarankan agar penelitian selanjutnya lebih memperhatikan proporsi jumlah partisipan pada tiap kategori penting, seperti jenis pekerjaan atau kelompok usia. Peneliti dapat menggunakan teknik purposive quota sampling agar distribusi data menjadi lebih proporsional dan hasil penelitian lebih representatif. 5.3 39 2 Saran Praktis Berdasarkan hasil penelitian ini, terdapat saran praktis yang ditujukan kepada berbagai pihak yang terkait: 1. Ibu dengan anak ASD perlu mengembangkan resiliensi dengan menerima bahwa kesulitan dan perubahan



dalam pengasuhan merupakan hal yang wajar. Salah satu cara yang dapat dilakukan adalah dengan mencatat dan merefleksikan pengalaman pengasuhan secara rutin, misalnya melalui jurnal harian, untuk membantu melihat proses dan kemajuan, bukan hanya hambatan. Ibu juga dapat membuat rencana pengasuhan yang fleksibel, 61 sehingga ketika strategi awal tidak berhasil, ibu sudah memiliki alternatif yang dapat disesuaikan dengan kebutuhan anak. Selain itu, melatih diri untuk fokus pada solusi, bukan hanya masalah, akan membantu ibu membangun pola pikir yang lebih adaptif dan optimis. Dengan cara-cara ini, ibu dapat memperkuat daya tahan psikologisnya dan menurunkan risiko parental burnout. 2. Lembaga terkait seperti pemerintah, lembaga sosial masyarakat, maupun komunitas ibu dengan anak ASD dapat merancang program yang berfokus pada penguatan resiliensi ibu dalam menghadapi tantangan pengasuhan. Program ini dapat mencakup edukasi tentang pentingnya menerima kesulitan dan kesalahan sebagai bagian dari proses belajar dalam pengasuhan, pelatihan untuk membangun kemampuan bangkit dari tekanan pengasuhan, pendampingan dalam menemukan pendekatan yang sesuai bagi anak, serta pembekalan untuk meningkatkan fleksibilitas dalam merespons perubahan dalam pengasuhan. Ketika ibu memiliki resiliensi yang lebih kuat, beban pengasuhan pun dapat terasa lebih ringan, sehingga risiko parental burnout pun berkurang. 62



REPORT #27549909

Results

Sources that matched your submitted document.

● IDENTICAL ● CHANGED TEXT

INTERNET SOURCE		
1.	1.46% eprints.upj.ac.id https://eprints.upj.ac.id/id/eprint/6104/10/10.%20BAB%20III.pdf	● ●
INTERNET SOURCE		
2.	1.04% eprints.upj.ac.id https://eprints.upj.ac.id/id/eprint/6032/11/10.%20BAB%203.pdf	● ●
INTERNET SOURCE		
3.	0.77% lantar.untar.ac.id https://lantar.untar.ac.id/repository/penelitian/buktipenelitian_10705006_4A291..	●
INTERNET SOURCE		
4.	0.69% eprints.upj.ac.id https://eprints.upj.ac.id/id/eprint/9384/10/10.%20BAB%20III.pdf	●
INTERNET SOURCE		
5.	0.67% eprints.upj.ac.id https://eprints.upj.ac.id/id/eprint/6135/10/10.%20BAB%20III.pdf	●
INTERNET SOURCE		
6.	0.65% eprints.upj.ac.id https://eprints.upj.ac.id/id/eprint/6620/11/BAB%20III.pdf	● ●
INTERNET SOURCE		
7.	0.61% www.orangtuahebat.id https://www.orangtuahebat.id/kajian-epidemiologis-anak-autisme/	●
INTERNET SOURCE		
8.	0.52% eprints.upj.ac.id https://eprints.upj.ac.id/id/eprint/9146/10/10.%20BAB%20III.pdf	●
INTERNET SOURCE		
9.	0.49% perpus.univpancasila.ac.id https://perpus.univpancasila.ac.id/repository/EKIDUPT220109.pdf	●



REPORT #27549909

INTERNET SOURCE		
10. 0.47%	repository.uinjkt.ac.id https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/81462/1/MUTIARA%..	●
INTERNET SOURCE		
11. 0.44%	eprints.upj.ac.id https://eprints.upj.ac.id/id/eprint/3035/10/10.%20BAB%203.pdf	● ●
INTERNET SOURCE		
12. 0.43%	eprints.upj.ac.id https://eprints.upj.ac.id/id/eprint/6310/9/BAB%20III.pdf	●
INTERNET SOURCE		
13. 0.43%	repository.uinjkt.ac.id https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/79039/1/KELVIN%2...	●
INTERNET SOURCE		
14. 0.4%	eprints.upj.ac.id https://eprints.upj.ac.id/id/eprint/6180/11/11.%20BAB%20IV.pdf	●
INTERNET SOURCE		
15. 0.39%	eprints.umg.ac.id http://eprints.umg.ac.id/530/3/bab%203.pdf	●
INTERNET SOURCE		
16. 0.38%	repository.uinjkt.ac.id https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/52128/1/ALEVIA%20..	●
INTERNET SOURCE		
17. 0.35%	jurnalunibi.unibi.ac.id http://jurnalunibi.unibi.ac.id/ojs/index.php/JIPSI/article/download/1281/916/52...	●
INTERNET SOURCE		
18. 0.29%	www.kompasiana.com https://www.kompasiana.com/sarahhafifah1933/671000a4c925c44f60558fb2/fe...	●
INTERNET SOURCE		
19. 0.29%	eprints.upj.ac.id https://eprints.upj.ac.id/id/eprint/6157/11/11.%20BAB%20IV.pdf	●
INTERNET SOURCE		
20. 0.29%	repository.unj.ac.id http://repository.unj.ac.id/44701/1/COVER.pdf	● ●



REPORT #27549909

INTERNET SOURCE		
21.	0.28% repository.upi.edu http://repository.upi.edu/28580/6/S_PPB_1202675_Chapter3.pdf	●
INTERNET SOURCE		
22.	0.27% www.jurnal-ppni.org https://www.jurnal-ppni.org/ojs/index.php/jppni/article/download/472/173	●
INTERNET SOURCE		
23.	0.27% repository.unissula.ac.id http://repository.unissula.ac.id/40693/2/Psikologi_30702100041_fullpdf.pdf	●
INTERNET SOURCE		
24.	0.26% repository.unej.ac.id https://repository.unej.ac.id/jspui/bitstream/123456789/97650/1/Ardhia%20Chr...	●
INTERNET SOURCE		
25.	0.25% repository.uin-suska.ac.id https://repository.uin-suska.ac.id/55268/1/FILE%20HASIL%20PENELITIAN%20%...	●
INTERNET SOURCE		
26.	0.24% repository.uin-suska.ac.id https://repository.uin-suska.ac.id/21320/7/7.%20BAB%20II.pdf	●
INTERNET SOURCE		
27.	0.24% etheses.uin-malang.ac.id http://etheses.uin-malang.ac.id/4349/1/04410054.pdf	●
INTERNET SOURCE		
28.	0.21% repository.upi.edu http://repository.upi.edu/114417/4/S_PSI_1903976_Chapter3.pdf	●
INTERNET SOURCE		
29.	0.21% eprints.upj.ac.id https://eprints.upj.ac.id/id/eprint/6310/10/BAB%20IV.pdf	●
INTERNET SOURCE		
30.	0.2% perpus.univpancasila.ac.id https://perpus.univpancasila.ac.id/repository/FPS220716.pdf	●
INTERNET SOURCE		
31.	0.19% repository.uksw.edu https://repository.uksw.edu/bitstream/123456789/35698/2/T1_802020250_Isi.pdf	●



REPORT #27549909

INTERNET SOURCE		
32.	0.18% eprints.upj.ac.id https://eprints.upj.ac.id/id/eprint/9281/12/12.%20BAB%205.pdf	●
INTERNET SOURCE		
33.	0.15% journal.universitaspahlawan.ac.id https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jpdk/article/download/123...	●
INTERNET SOURCE		
34.	0.15% journal.walisongo.ac.id https://journal.walisongo.ac.id/index.php/agc/article/download/9200/3770	●
INTERNET SOURCE		
35.	0.15% eprints.upj.ac.id https://eprints.upj.ac.id/id/eprint/9454/11/BAB%203.pdf	●
INTERNET SOURCE		
36.	0.14% www.kompasiana.com https://www.kompasiana.com/ari61578/6167009a06310e254f676bb2/mengenal...	●
INTERNET SOURCE		
37.	0.14% repository.upnjatim.ac.id https://repository.upnjatim.ac.id/39113/6/21013010038.-bab5.pdf	●
INTERNET SOURCE		
38.	0.14% repository.uinjkt.ac.id https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/78723/1/NABILA%2...	●
INTERNET SOURCE		
39.	0.13% repository.maranatha.edu https://repository.maranatha.edu/26042/7/1430199_Conclusion.pdf	●
INTERNET SOURCE		
40.	0.13% lib.ui.ac.id https://lib.ui.ac.id/file?file=digital/old15/126750-155.5%20MIR%20h%20-%20Hu...	●
INTERNET SOURCE		
41.	0.12% lib.fikumj.ac.id https://lib.fikumj.ac.id/index.php?p=fstream-pdf&fid=20490&bid=5606	●
INTERNET SOURCE		
42.	0.12% repository.iainkediri.ac.id https://repository.iainkediri.ac.id/177/1/2746-14112-1-PB%20Palastren%2C%20...	●



REPORT #27549909

INTERNET SOURCE		
43.	0.12% journal.upy.ac.id https://journal.upy.ac.id/index.php/bk/article/download/6088/3758/	●
INTERNET SOURCE		
44.	0.11% eprints.upj.ac.id https://eprints.upj.ac.id/id/eprint/10816/11/11.%20BAB%20IV.pdf	●
INTERNET SOURCE		
45.	0.11% repository.unj.ac.id http://repository.unj.ac.id/28842/6/BAB%20III.pdf	●
INTERNET SOURCE		
46.	0.11% lintar.untar.ac.id https://lintar.untar.ac.id/repository/penelitian/buktipenelitian_10705001_7A170..	●
INTERNET SOURCE		
47.	0.1% jurnal.penerbitdaarulhuda.my.id https://jurnal.penerbitdaarulhuda.my.id/index.php/MAJIM/article/download/15...	●
INTERNET SOURCE		
48.	0.1% id.scribd.com https://id.scribd.com/document/631646408/METPEN-KEL-3-Populasi-Sample-Te..	●
INTERNET SOURCE		
49.	0.1% digilib.uinsgd.ac.id https://digilib.uinsgd.ac.id/1146/4/4_bab1.pdf	●
INTERNET SOURCE		
50.	0.09% ulilalbabinstitute.id https://ulilalbabinstitute.id/index.php/J-CEKI/article/download/8641/7191/21350	●
INTERNET SOURCE		
51.	0.08% eprints.umm.ac.id https://eprints.umm.ac.id/id/eprint/1864/1/SKRIPSI.pdf	●
INTERNET SOURCE		
52.	0.08% journal.umpr.ac.id https://journal.umpr.ac.id/index.php/pengabdianmu/article/download/6520/40...	●
INTERNET SOURCE		
53.	0.08% www.jurnalp3k.com http://www.jurnalp3k.com/index.php/J-P3K/article/download/222/pdf	●



REPORT #27549909

INTERNET SOURCE

54. **0.07%** jurnal.stipassirilus.ac.id

<https://jurnal.stipassirilus.ac.id/index.php/ja/article/download/71/63>



INTERNET SOURCE

55. **0.05%** staff.universitaspahlawan.ac.id

<https://staff.universitaspahlawan.ac.id/upload/riset/35-lampiran.pdf>



● QUOTES

INTERNET SOURCE

1. **0.17%** journal.walisongo.ac.id

<https://journal.walisongo.ac.id/index.php/agc/article/download/9200/3770>

INTERNET SOURCE

2. **0.16%** jurnal.stipassirilus.ac.id

<https://jurnal.stipassirilus.ac.id/index.php/ja/article/download/71/63>

INTERNET SOURCE

3. **0.12%** repository.unj.ac.id

<http://repository.unj.ac.id/44701/1/COVER.pdf>

INTERNET SOURCE

4. **0.09%** repository.uin-suska.ac.id

<https://repository.uin-suska.ac.id/21320/7/7.%20BAB%20II.pdf>

INTERNET SOURCE

5. **0%** repository.unej.ac.id

<https://repository.unej.ac.id/jspui/bitstream/123456789/97650/1/Ardhia%20Chr...>