



Hubungan Kualitas Hidup, Interaksi Ibu-Anak Dan Resiliensi Dengan Parenting Stress Ibu Anak Autisme

Diva Aurelia Salsabilla¹, Supriyadi Supriyadi², Yektiningtyastuti Yektiningtyastuti³, Atika Dhiyah Anggraeni⁴

¹ Program Studi Ilmu Keperawatan S1, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Purwokerto

Email: aureliadiva735@gmail.com

²³⁴ Dosen Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Purwokerto

Artikel info

Artikel history:

Received : 23-1-2026

Revised : 11-3-2026

Accepted : 22-3-2026

Kata Kunci:

Parenting Stress;
Kualitas Hidup; Interaksi
Ibu-Anak; Resiliensi

Keyword:

Parenting Stress; Quality
of Life; Mother-Child
Interaction; Resilience

Abstract.

Caring for children with special needs, especially children with autism, requires a high level of physical and emotional involvement, which has the potential to increase parenting stress in mothers. Parenting stress that is not managed properly can have an impact on the quality of child care. This study aims to analyze the relationship between mothers' quality of life, mother-child interaction, and maternal resilience with the level of parenting stress in mothers who have children with autism at SLB Manunggal Slawi. This study uses a quantitative design with a cross-sectional approach. Data collection was conducted using standardized questionnaires: WHOQOL-BREF, CPRS, CDRISC-25, and PSS. The results showed that 57.1% of respondents experienced high parenting stress; the quality of life was almost equal between mothers who had a good quality of life (37.1%) and those who had a poor quality of life (34.3%); 40% had poor mother-child interactions; and 40% had low maternal resilience. The chi-square test indicated that quality of life was not related to parenting stress ($p = 0.178$), while mother-child interaction ($p = 0.008$) and resilience ($p = 0.002$) were related to parenting stress. It was concluded that parenting stress among mothers of children with autism was predominantly in the high category. Factors related to parenting stress were mother-child interaction and resilience. Therefore, it is recommended that efforts be made to strengthen resilience and develop mother-child interaction on an ongoing basis.

Abstrak.

Pengasuhan anak berkebutuhan khusus, khususnya anak dengan Autisme, menuntut keterlibatan fisik dan emosional yang tinggi sehingga berpotensi meningkatkan parenting stress pada ibu. Parenting stress yang tidak terkelola dengan baik dapat berdampak pada kualitas pengasuhan anak. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan kualitas hidup ibu, interaksi ibu-anak, dan resiliensi ibu dengan tingkat parenting stress pada ibu yang memiliki anak autisme di SLB Manunggal Slawi. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional. Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner terstandar: WHOQOL-BREF, CPRS, CDRISC-25, dan PSS. Hasil menunjukkan 57,1% responden mengalami parenting stress tinggi; kualitas hidup hampir sama

besar ibu yang memiliki kualitas hidup baik yaitu 37,1% dan 34,3% buruk; 40% interaksi ibu-anak buruk; dan 40% resiliensi ibu rendah. Uji chi-square mengindikasikan kualitas hidup tidak berhubungan dengan parenting stress ($p = 0,178$), sedangkan interaksi ibu-anak ($p = 0,008$) dan resiliensi ($p = 0,002$) berhubungan dengan parenting stress. Disimpulkan bahwa parenting stress ibu anak autisme didominasi oleh kategori tinggi. Faktor yang berhubungan dengan parenting stress adalah interaksi ibu-anak dan resiliensi. Oleh karena itu, disarankan adanya upaya peningkatan penguatan resiliensi, serta pengembangan interaksi ibu-anak secara berkelanjutan.



Corresponden author:

Email: aureliadiva735@gmail.com

artikel dengan akses terbuka dibawah lisensi CC BY -4.0

PENDAHULUAN

Memiliki anak yang tumbuh sehat secara jasmani dan rohani merupakan harapan hampir setiap keluarga. Anak sering kali dipandang sebagai anugerah sekaligus sumber kebahagiaan yang diharapkan dapat berkembang secara optimal sesuai dengan tahapan usianya. Namun, pada kenyataannya tidak semua anak dilahirkan atau tumbuh dengan kondisi perkembangan yang ideal (Mardatih Hayati and Fikrie 2024). Sebagian anak mengalami hambatan perkembangan tertentu yang mengharuskan mereka membutuhkan perhatian dan pendampingan khusus, salah satunya adalah anak Autisme (Kusumah, Tobing, and Mulyadi 2022). Kondisi ini tidak hanya memengaruhi kemampuan anak dalam berkomunikasi dan berinteraksi sosial, tetapi juga ditandai dengan pola perilaku yang terbatas dan berulang, sehingga menimbulkan tantangan tersendiri bagi keluarga dalam proses pengasuhan sehari-hari.

Secara global maupun nasional, jumlah anak dengan disabilitas, termasuk anak autisme, menunjukkan angka yang cukup signifikan. Prevalensi anak autisme terus menunjukkan peningkatan secara global, menghadirkan tantangan yang signifikan bagi individu yang terkena dampak seperti keluarga mereka. Berdasarkan data *World Heart Organization (2025)* melaporkan rata-rata prevalensi global autisme diperkirakan sekitar 1 dari 127 orang di seluruh dunia pada tahun 2021. Menurut Badan Pusat Statistik (BPS) 2022 Indonesia mengalami laju penduduk 1,17% dan terdapat 275,8 juta dengan perbandingan pertumbuhan anak autisme sekitar 3,3 juta penduduk dengan peningkatan 500 per tahun. Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2022) periode tahun 2020-2021 dilaporkan sebanyak 5.530 kasus gangguan perkembangan pada anak, termasuk autisme yang mendapatkan layanan di Puskesmas.

Berdasarkan data Pusdatin Kemendikbud (2021) mencatat bahwa di Jawa Tengah memiliki anak autisme berjumlah 530 anak (Sulistiyana & Gati 2023). Kondisi ini berdampak langsung pada meningkatnya kebutuhan layanan pendidikan khusus serta dukungan kesehatan dan psikososial bagi keluarga. Hasil survei pendahuluan yang dilakukan di SLB Manunggal Slawi menunjukkan bahwa terdapat beragam jenis anak berkebutuhan khusus (ABK), termasuk anak autisme, yang memerlukan

perhatian dan penanganan yang intensif. Temuan awal penelitian juga mengungkapkan bahwa sekitar 60% ibu yang menjadi responden mengalami tingkat parenting stress yang tinggi. Fakta ini mengindikasikan bahwa beban pengasuhan anak autisme bukan hanya bersifat fisik, tetapi juga menyentuh aspek psikologis dan emosional ibu sebagai pengasuh utama.

Dalam konteks keluarga, ibu sering kali memegang peran sentral dalam pengasuhan dan pendampingan tumbuh kembang anak, terutama pada anak dengan kebutuhan khusus. Intensitas interaksi yang tinggi, tuntutan perawatan yang berkelanjutan, serta keterbatasan sumber daya dapat membuat ibu lebih rentan mengalami stres pengasuhan. Kajian pustaka menunjukkan bahwa orang tua, khususnya ibu yang memiliki anak autisme, cenderung mengalami tingkat parenting stress yang lebih tinggi dibandingkan dengan orang tua anak dengan perkembangan tipikal (Hou et al. 2018) dan (Kumari et al. 2025). Kondisi ini berkaitan erat dengan kualitas hidup orang tua yang mencakup aspek fisik, psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan sebagaimana diukur dalam domain WHOQOL.

Beberapa penelitian terdahulu mengungkapkan bahwa kualitas hidup yang rendah pada orang tua anak autisme berhubungan dengan menurunnya fungsi keluarga serta meningkatnya gejala kecemasan dan depresi (Saudi et al. 2020) dan Selain itu, kualitas interaksi antara ibu dan anak juga memegang peranan penting. Interaksi yang kurang hangat, rendahnya kedekatan emosional, atau tingginya konflik dalam hubungan ibu-anak dapat memperberat stres pengasuhan dan berpotensi menghambat perkembangan adaptif anak. Sebaliknya, interaksi yang positif dapat menjadi sumber kekuatan emosional bagi ibu dalam menghadapi tantangan pengasuhan. Di tengah berbagai tekanan tersebut, resiliensi muncul sebagai faktor protektif yang penting. Resiliensi dipahami sebagai kapasitas individu untuk bertahan, beradaptasi, dan bangkit dari situasi yang penuh tekanan. Sejumlah penelitian menunjukkan adanya hubungan negatif antara resiliensi dan parenting stress, yang berarti semakin tinggi tingkat resiliensi ibu, semakin rendah tingkat stres pengasuhan yang dirasakan (Valentia, Sani, & Anggreany 2020). Dengan demikian, resiliensi tidak hanya berfungsi sebagai mekanisme koping internal, tetapi juga sebagai penyangga psikologis dalam menghadapi kompleksitas pengasuhan anak dengan autisme.

Secara teoretis, penelitian ini dibingkai dalam Model Adaptasi Sister Callista Roy yang memandang individu sebagai sistem adaptif yang terus-menerus merespons stimulus biopsikososial dari lingkungan. Dalam konteks penelitian ini, ibu diposisikan sebagai individu adaptif yang menghadapi berbagai stimulus, baik internal maupun eksternal, seperti kondisi anak, kualitas hidup, serta dinamika interaksi ibu-anak. Resiliensi berperan sebagai mekanisme koping internal, sementara kualitas hidup dan interaksi ibu-anak berfungsi sebagai stimulus yang memengaruhi proses adaptasi ibu dalam menjalani peran pengasuhan. Model ini relevan untuk menjelaskan bagaimana kemampuan adaptasi ibu dapat menentukan tingkat parenting stress yang dialami.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini dirancang untuk menjawab kebutuhan praktis dan teoretis dalam konteks pengasuhan anak autisme di SLB Manunggal Slawi. Rumusan masalah penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara kualitas hidup ibu, interaksi ibu-anak, dan

resiliensi ibu dengan tingkat parenting stress pada ibu yang memiliki anak autisme. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kualitas hidup, interaksi ibu–anak, dan resiliensi dengan parenting stress, serta menggambarkan karakteristik responden dan kondisi masing-masing variabel yang diteliti. Hasil penelitian diharapkan memberikan manfaat teoretis dalam memperkaya kajian tentang determinan stres pengasuhan pada ibu anak autisme, serta manfaat praktis berupa rekomendasi bagi sekolah, tenaga kesehatan, dan orang tua dalam merancang program dukungan psikososial yang lebih responsif dan berorientasi pada peningkatan kualitas hidup serta penguatan resiliensi ibu.

Dengan demikian, penelitian ini diharapkan tidak hanya mampu menjelaskan hubungan antarvariabel secara ilmiah, tetapi juga memberikan kontribusi nyata bagi pengembangan layanan dukungan keluarga di lingkungan pendidikan khusus, sehingga upaya pendampingan dan intervensi yang dilakukan dapat lebih berpusat pada kebutuhan ibu dan anak autisme.

METODE

Pendekatan yang digunakan adalah kuantitatif dengan desain deskriptif korelasional dan rancangan potong lintang (*cross-sectional*), sehingga pengumpulan data dilakukan sekali pada waktu tertentu untuk menggambarkan fenomena serta menganalisis hubungan antarvariabel. Penelitian dilaksanakan di SLB Manunggal Slawi dengan periode persiapan Juli–Januari 2026 dan pengambilan data pada bulan Desember 2025. Populasi penelitian terdiri dari seluruh ibu yang merawat anak autisme di SLB Manunggal Slawi sebanyak 35 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah sensus/total sampling sehingga seluruh populasi yang memenuhi kriteria inklusi dijadikan sampel penelitian. Kriteria inklusi meliputi: ibu kandung dari anak yang terdiagnosis autisme, bertindak sebagai pengasuh utama, dan bersedia menandatangani informed consent. Kriteria eksklusi meliputi: bukan pengasuh utama (tidak tinggal/terlibat rutin >6 bulan) dan ibu dengan gangguan mental berat yang menghalangi pemahaman instrumen.

Pengumpulan data dilakukan melalui instrumen terstandar yang telah diadaptasi ke Bahasa Indonesia, yaitu WHOQOL-BREF untuk mengukur kualitas hidup, *Child-Parent Relationship Scale* (CPRS) untuk menilai interaksi ibu–anak, *Connor-Davidson Resilience Scale* (CD-RISC-25) untuk mengukur resiliensi, serta *Parenting Stress Scale* (PSS) untuk menilai tingkat parenting stress. Analisis data dilakukan secara univariat untuk mendeskripsikan karakteristik responden dan distribusi variabel, serta analisis bivariat menggunakan uji Chi-Square untuk menguji hubungan antara variabel independen (kualitas hidup, interaksi ibu–anak, resiliensi) dan variabel dependen (parenting stress) dengan taraf signifikansi $p < 0,05$.

Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto dengan nomor KEPK/UMP/67/XII/2025.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan di SLB Manunggal Slawi pada tanggal 19 Desember 2025 dengan jumlah responden sebanyak 35 ibu yang memiliki anak dengan autisme yang dipilih menggunakan teknik total sampling.. Data diperoleh melalui pengisian kuesioner yang meliputi kualitas hidup, interaksi ibu-anak, resiliensi, dan tingkat parenting stress. Hasil penelitian disajikan dalam bentuk analisis univariat dan analisis bivariat sebagai berikut. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat dengan menggunakan uji chi-square.

Hasil 1. Analisis Univariat

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Frekuensi	Persentase
Usia ibu		
26-35 tahun	1	2,9
36-45 tahun	12	34,3
46-55 tahun	17	48,6
55-56 tahun	5	14,3
Pendidikan		
SD	2	5,7
SMP	9	25,7
SMA	18	51,4
Perguruan Tinggi	5	14,3
Tidak Sekolah	1	2,9
Pekerjaan		
Bekerja	5	14,3
Tidak Bekerja	30	85,7
Jumlah Anak		
1 anak	6	17,1
2 anak	16	45,7
3 anak	7	20,0
>4 anak	6	17,1
Usia anak		
0-5 tahun	1	2,9
5-11 tahun	5	14,3
12-16 tahun	22	62,9
17-25 tahun	7	20,0
Tingkat sekolah anak		
TK	1	2,9
SD	9	25,7
SMP	10	28,6
SMA	15	42,9

Berdasarkan Tabel 1, karakteristik responden menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada rentang usia 46–55 tahun (48,6%). Tingkat pendidikan ibu didominasi oleh lulusan SMA (51,4%), dan sebagian besar responden tidak bekerja (85,7%). Jumlah anak terbanyak adalah dua anak (45,7%). Sebagian besar anak berada pada usia 12–16 tahun (62,9%) dan menempuh pendidikan di tingkat SMA (42,9%).

Distribusi Frekuensi Parenting Stress, Kualitas Hidup, Interaksi Ibu-anak dan Resiliensi

Sebagian besar responden memiliki tingkat parenting stress pada kategori tinggi, yaitu sebanyak 20 responden (57,1%). Dan responden dengan parenting stress rendah berjumlah 15 responden (42,9%). Temuan ini menunjukkan bahwa lebih dari separuh ibu menghadapi tekanan pengasuhan yang signifikan. Tingginya parenting stress dapat dipengaruhi oleh tuntutan pengasuhan yang terus-menerus dan minimnya waktu istirahat. Tingginya parenting stress dapat dipengaruhi oleh tuntutan pengasuhan yang terus-menerus dan minimnya waktu istirahat. Selain itu, kebutuhan khusus anak dengan autisme sering kali memerlukan strategi pengasuhan yang berbeda. Kondisi ini dapat meningkatkan rasa lelah fisik dan psikologis ibu (Maula et al, 2025).

Kualitas hidup ibu paling banyak berada pada kategori baik (37,1%), meskipun masih terdapat proporsi yang cukup besar pada kategori buruk (34,3%). Hal ini menunjukkan bahwa distribusi kualitas hidup ibu dalam penelitian ini bervariasi, dengan perbedaan proporsi yang tidak terlalu jauh antar kategori.

Interaksi ibu-anak sebagian besar ibu berada pada kategori interaksi buruk sebanyak 14 responden (40,0%), diikuti kategori baik 12 responden (34,3%), dan sedang 9 responden (25,7%). Temuan ini menunjukkan bahwa masih banyak ibu yang mengalami kesulitan dalam menjalin interaksi yang optimal dengan anak autisme.

Sebagian besar ibu berada pada kategori resiliensi rendah, yaitu sebanyak 14 responden (40,0%), diikuti kategori sedang 12 responden (34,3%), dan tinggi 9 responden (25,7%). Temuan ini menunjukkan bahwa masih banyak ibu yang belum memiliki kemampuan adaptasi yang optimal dalam menghadapi tekanan pengasuhan.

Hasil 2. Analisis Bivariat

Tabel 2 Hubungan Kualitas Hidup dengan Parenting Stress

Kualitas Hidup	Parenting stress rendah	Parenting stress tinggi	Total	P-value
Baik	8 (61,5%)	5 (38,5%)	13 (100%)	0,178
Sedang	4 (40,0%)	6 (60,0%)	10 (100%)	
Buruk	3(25,0%)	9 (75,0%)	12 (100%)	
Total	15 (42,9%)	20 (57,1%)	35 (100%)	

Berdasarkan Tabel 6, hasil uji chi-square menunjukkan nilai p-value sebesar 0,178 ($p > 0,05$), yang menandakan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas hidup dengan parenting stress. Responden dengan kualitas hidup baik cenderung mengalami tingkat parenting stress yang lebih rendah. Pada kualitas hidup sedang, parenting stress tinggi lebih dominan dibandingkan parenting stress rendah. Sementara itu, pada kualitas hidup buruk, sebagian besar mengalami parenting stress yang tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa perbedaan tingkat parenting stress berdasarkan kategori kualitas hidup ibu belum menunjukkan perbedaan yang bermakna secara statistik.

Tabel 3 Hubungan Interaksi Ibu-anak dengan Parenting Stress

Interaksi ibu-anak	Parenting stress rendah	Parenting stress tinggi	Total	P-value
Baik	9 (75,0%)	3 (25,0%)	12 (100%)	0,008
Sedang	4 (44,4%)	5 (55,6%)	9 (100%)	
Buruk	2 (14,3%)	12 (85,7%)	14 (100%)	
Total	29 (36,3%)	51 (63,7%)	35 (100%)	

Berdasarkan Tabel 7, hasil uji chi-square menunjukkan nilai p-value sebesar 0,008 ($p < 0,05$), yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara interaksi ibu-anak dengan parenting stress. Mayoritas ibu dengan interaksi ibu-anak yang buruk cenderung mengalami parenting stress tinggi. Pada kategori interaksi sedang, parenting stress tinggi lebih dominan dibandingkan parenting stress rendah. Sementara itu, ibu dengan interaksi ibu-anak yang baik lebih banyak mengalami parenting stress rendah dibandingkan parenting stress tinggi. Hasil ini menunjukkan bahwa semakin buruk kualitas interaksi ibu dan anak, maka semakin tinggi risiko ibu mengalami parenting stress. Interaksi yang tidak efektif dapat meningkatkan kelelahan emosional, rasa frustrasi, serta perasaan tidak mampu dalam menjalankan peran pengasuhan, khususnya pada ibu yang mengasuh anak dengan keterbatasan komunikasi dan perilaku seperti pada anak autisme (Mardatih Hayati and Fikrie 2024).

Tabel 4 Hubungan Resiliensi dengan Parenting Stress

Resiliensi	Parenting stress rendah	Parenting stress tinggi	Total	P-value
Rendah	2 (14,3%)	12 (85,7%)	14 (100%)	0,002
Sedang	5 (41,7%)	7 (58,3%)	12 (100%)	
Tinggi	8 (88,9%)	1 (11,1%)	9 (100%)	
Total	29 (36,3%)	51 (63,7%)	35 (100%)	

Berdasarkan Tabel 8, hasil uji chi-square menunjukkan nilai p-value sebesar 0,002 ($p < 0,05$), yang mengindikasikan adanya hubungan yang signifikan antara resiliensi dengan parenting stress. Sebagian ibu dengan resiliensi rendah cenderung mengalami parenting stress tinggi. Pada tingkat resiliensi sedang, parenting stress tinggi masih lebih dominan dibandingkan parenting stress rendah. Sebaliknya, ibu dengan resiliensi tinggi sebagian besar mengalami parenting stress rendah. Hasil ini menunjukkan bahwa semakin tinggi resiliensi ibu, maka semakin rendah tingkat parenting stress yang dialami. Resiliensi memungkinkan ibu untuk mengelola emosi, menerima kondisi anak, serta menyesuaikan strategi pengasuhan secara lebih adaptif dalam menghadapi tekanan yang bersifat kronis (Lidiawati et al. 2024).

Pembahasan

A. Analisis Univariat

Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil penelitian yang disajikan pada Tabel 1, karakteristik responden diketahui bahwa mayoritas ibu yang menjadi responden berada pada rentang usia 46–55 tahun, diikuti kelompok usia 36–45 tahun. Dominasi usia dewasa menunjukkan bahwa sebagian besar ibu telah menjalani peran pengasuhan anak autisme dalam jangka waktu yang relatif panjang (Wahyuni 2024). Usia dewasa

berkaitan dengan kematangan emosional dan pengalaman hidup yang dapat membantu ibu dalam menghadapi tantangan pengasuhan, namun di sisi lain juga berpotensi menimbulkan kelelahan fisik seiring bertambahnya usia (Suherik & Hildayani 2024). Dari segi pendidikan, sebagian besar ibu memiliki tingkat pendidikan SMA, disusul SMP dan perguruan tinggi. Kondisi ini menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada tingkat pendidikan menengah. Pendidikan berperan penting dalam membentuk cara berpikir, kemampuan memahami informasi, serta pengambilan keputusan dalam pengasuhan anak (Supriani & Arifudin 2023). Ibu dengan tingkat pendidikan lebih tinggi cenderung lebih mudah mengakses dan memahami informasi terkait kebutuhan khusus anak GSA (Nurussakinah, Mediani, & Purnama 2024). Berdasarkan status pekerjaan, sebagian besar ibu tidak bekerja. Kondisi ini menunjukkan bahwa pengasuhan anak autisme membutuhkan keterlibatan waktu yang tinggi sehingga ibu lebih banyak memusatkan peran pada pengasuhan dan pengelolaan rumah tangga. Status tidak bekerja memungkinkan ibu memiliki waktu yang lebih fleksibel untuk mendampingi anak (Maulidya & Diana 2024).

Ditinjau dari jumlah anak, mayoritas ibu memiliki dua anak. Hal ini menunjukkan bahwa ibu harus membagi perhatian antara anak dengan GSA dan anak lainnya. Kondisi tersebut dapat meningkatkan kompleksitas peran pengasuhan dan berpotensi menambah beban psikologis ibu, terutama ketika tuntutan anak autisme lebih dominan dibandingkan anak lainnya (Ginting, Barus, & Pardosi 2024).

Berdasarkan usia anak, sebagian besar anak berada pada rentang usia 12–16 tahun, yang menunjukkan dominasi fase remaja. Pada fase ini, anak dengan autisme sering mengalami perubahan emosi dan perilaku yang lebih kompleks sehingga membutuhkan pendampingan yang lebih intensif. Selain itu, ibu mulai menghadapi kekhawatiran terkait masa depan anak, kemandirian, serta keberlanjutan pendidikan, yang dapat menjadi sumber tekanan emosional (Sugitanata and Aqila 2024). Ditinjau dari tingkat sekolah, mayoritas anak berada pada jenjang SMA. Anak usia sekolah umumnya banyak menghabiskan waktu diluar dan membutuhkan peran dari orang tua untuk membantu memenuhi kebutuhannya sehingga anak harus tetap mendapatkan pengawasan (Haryanti & Anggraeni 2020). Hal ini menunjukkan bahwa tuntutan akademik dan sosial yang dihadapi anak semakin meningkat. Ibu dituntut untuk lebih aktif berkoordinasi dengan pihak sekolah dan mendampingi proses pendidikan anak. Keterlibatan yang intensif ini dapat meningkatkan beban peran ibu apabila tidak diimbangi dengan dukungan lingkungan yang memadai (Feriyanti, Sari, & Asni 2025).

Gambaran Parenting Stress Ibu

Berdasarkan distribusi menunjukkan bahwa sebagian besar ibu mengalami parenting stress dalam kategori tinggi. Temuan ini menggambarkan besarnya tekanan pengasuhan yang dihadapi ibu dalam mengasuh anak dengan autisme. Tuntutan pengasuhan yang bersifat jangka panjang, kebutuhan anak yang khusus, serta keterlibatan pengasuhan yang intensif menjadi faktor utama meningkatnya parenting stress (Maula et al. 2025). Tingkat parenting stress yang tinggi juga dapat dipengaruhi oleh faktor usia anak dan tahap perkembangan yang sedang dilalui. Mayoritas anak berada pada usia remaja, yang sering

disertai perubahan emosi dan perilaku yang lebih kompleks. Kondisi ini menuntut ibu untuk memiliki kemampuan regulasi emosi yang baik, sementara pada saat yang sama ibu juga harus mengelola kelelahan fisik dan psikologis. Apabila kondisi tersebut tidak didukung oleh dukungan sosial yang memadai, risiko parenting stress akan semakin meningkat (Suryani & Adri 2024).

Penelitian Lizardi et al. (2025) menyatakan bahwa tingginya parenting stress memiliki implikasi terhadap kualitas pengasuhan dan kesejahteraan ibu. Ibu yang mengalami stres tinggi berisiko mengalami kelelahan emosional dan penurunan kualitas interaksi dengan anak. Apabila kondisi ini berlangsung dalam jangka panjang, dapat berdampak pada kesehatan mental ibu. Oleh karena itu, diperlukan upaya untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang berkontribusi terhadap parenting stress. Pemahaman ini penting untuk merancang intervensi yang tepat.

Gambaran Kualitas Hidup

Berdasarkan penilaian kualitas hidup menggunakan WHOQOL-BREF, kualitas hidup ibu menunjukkan bu dengan kualitas hidup buruk dan sedang cenderung mengalami parenting stress tinggi, sedangkan ibu dengan kualitas hidup baik lebih banyak mengalami parenting stress rendah. Meskipun terdapat perbedaan proporsi antar kelompok, perbedaan tersebut belum menunjukkan hubungan yang bermakna secara statistik. Temuan ini menunjukkan bahwa parenting stress pada ibu dengan anak autisme tidak semata-mata ditentukan oleh persepsi kualitas hidup secara umum. Ibu dengan kualitas hidup yang baik tetap dapat mengalami parenting stress tinggi, sementara ibu dengan kualitas hidup yang buruk masih mungkin mempertahankan tingkat stres yang lebih rendah. Hal ini mengindikasikan bahwa terdapat faktor lain yang lebih dominan memengaruhi parenting stress dibandingkan kualitas hidup secara keseluruhan (Nathaniella & Sarajar 2025).

Kualitas hidup memiliki variasi pada setiap domain. Pada domain kesehatan fisik, sebagian besar ibu berada pada kategori sedang, yang mengindikasikan adanya kelelahan fisik akibat tuntutan pengasuhan yang berulang. Pada domain psikologis, sebagian besar ibu berada pada kategori baik, menunjukkan adanya kemampuan adaptasi dan penerimaan terhadap kondisi anak. Pada domain hubungan sosial, mayoritas ibu berada pada kategori sedang, yang mencerminkan keterbatasan interaksi sosial akibat fokus pengasuhan dan keterbatasan waktu. Sementara itu, pada domain lingkungan, sebagian besar ibu berada pada kategori sedang hingga baik, yang menunjukkan bahwa lingkungan relatif mendukung meskipun masih terdapat keterbatasan akses layanan dan fasilitas pendukung (Dewi & Morawati 2024).

Gambaran Interaksi Ibu-anak

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar ibu memiliki kualitas interaksi ibu-anak dalam kategori buruk. Hal ini menggambarkan adanya kesulitan dalam membangun komunikasi dan kedekatan emosional dengan anak GSA yang memiliki keterbatasan komunikasi dan respons sosial. Interaksi yang kurang optimal berpotensi menimbulkan rasa frustrasi pada ibu dan memperburuk tingkat parenting stress (Juita & Zulaiha 2025). Sebaliknya, ibu dengan interaksi yang baik cenderung memiliki pemahaman yang lebih baik terhadap kebutuhan anak serta mampu menciptakan hubungan yang lebih

adaptif. Interaksi ibu–anak memiliki hubungan timbal balik dengan kondisi emosional ibu, di mana stres yang tinggi dapat memperburuk interaksi, dan interaksi yang buruk dapat meningkatkan stres pengasuhan (Nisa et al. 2025).

Gambaran Resiliensi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar ibu berada pada kategori resiliensi rendah hingga sedang. Kondisi ini menunjukkan bahwa masih banyak ibu yang belum memiliki kemampuan adaptasi optimal dalam menghadapi tekanan pengasuhan anak dengan GSA. Resiliensi yang rendah berkaitan dengan keterbatasan strategi coping dan minimnya dukungan sosial yang diterima ibu (Fatirahma & Hendriani 2025). Sebaliknya, ibu dengan resiliensi tinggi cenderung mampu menerima kondisi anak, mengelola emosi dengan lebih baik, serta menyesuaikan strategi pengasuhan secara adaptif. Resiliensi berperan sebagai faktor protektif yang membantu ibu menjaga stabilitas emosional dan menurunkan risiko parenting stress (Lidiawati et al. 2024).

B. Analisis Bivariat

Hubungan Kualitas Hidup dengan Parenting Stress Ibu Anak Autisme

Hasil uji chi square menunjukkan nilai p-value sebesar 0,178, yang berarti tidak terdapat hubungan signifikan antara kualitas hidup dan parenting stress ibu anak autisme. Temuan ini menunjukkan bahwa parenting stress pada ibu dengan anak autisme tidak semata-mata ditentukan oleh persepsi kualitas hidup secara umum. Ibu dengan kualitas hidup yang baik tetap dapat mengalami parenting stress tinggi, sementara ibu dengan kualitas hidup yang buruk masih mungkin mempertahankan tingkat stres yang lebih rendah. Hal ini mengindikasikan bahwa terdapat faktor lain yang lebih dominan memengaruhi parenting stress dibandingkan kualitas hidup secara keseluruhan (Nathaniella & Sarajar 2025).

Hasil penelitian Aryuni (2025) menunjukkan bahwa stimulus kontekstual berupa kualitas hidup secara umum belum cukup kuat untuk secara langsung memengaruhi output adaptasi berupa parenting stress. Hal ini dapat terjadi karena ibu telah mengembangkan mekanisme coping yang relatif stabil melalui pengalaman pengasuhan jangka panjang, sehingga variasi kualitas hidup tidak selalu berdampak langsung pada tingkat stres pengasuhan. Jika ditinjau berdasarkan Teori Adaptasi Sister Callista Roy (1984), kualitas hidup ibu merupakan bagian dari stimulus kontekstual yang memengaruhi proses adaptasi individu. Stimulus kontekstual adalah faktor-faktor yang menyertai stimulus utama (stimulus fokal) dan dapat memperkuat atau melemahkan respons adaptasi. Dalam penelitian ini, stimulus fokal yang dihadapi ibu adalah tuntutan pengasuhan anak autisme sedangkan kualitas hidup berperan sebagai latar belakang kondisi biopsikososial ibu.

Hubungan Interaksi Ibu-anak dengan Parenting Stress Ibu Anak Autisme

Hasil analisis menunjukkan nilai p-value sebesar 0,008, yang menandakan adanya hubungan signifikan antara interaksi ibu-anak dengan parenting stress ibu anak autisme. Artinya, semakin buruk kualitas interaksi ibu dan anak, maka semakin tinggi risiko ibu mengalami parenting stress. Interaksi

yang tidak efektif dapat meningkatkan kelelahan emosional, rasa frustrasi, serta perasaan tidak mampu dalam menjalankan peran pengasuhan, khususnya pada ibu yang mengasuh anak dengan keterbatasan komunikasi dan perilaku seperti pada anak autisme (Mardatih Hayati and Fikrie 2024).

Menurut Teori Adaptasi Sister Callista Roy (1984), interaksi ibu dan anak termasuk dalam mode adaptasi fungsi peran dan interdependensi, di mana mode fungsi peran berkaitan dengan kemampuan individu menjalankan peran sesuai harapan sosial, sedangkan mode interdependensi berhubungan dengan hubungan timbal balik serta dukungan emosional. Interaksi yang baik mencerminkan keberhasilan adaptasi ibu dalam menjalankan perannya serta membangun hubungan yang suportif dengan anak. Sebaliknya, interaksi yang kurang optimal menunjukkan adanya kegagalan adaptasi dalam fungsi peran dan interdependensi, yang berdampak pada terganggunya hubungan ibu dan anak. Kondisi tersebut menyebabkan mekanisme koping kognator tidak berjalan secara optimal, sehingga ibu menjadi lebih rentan mengalami respons maladaptif berupa tingkat parenting stress yang tinggi.

Hubungan Resiliensi dengan Parenting Stress Ibu Anak Autisme

Hasil uji chi square menunjukkan nilai p-value sebesar 0,002, yang berarti terdapat hubungan signifikan antara resiliensi dengan parenting stress ibu anak autisme. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi resiliensi ibu, maka semakin rendah tingkat parenting stress yang dialami. Resiliensi memungkinkan ibu untuk mengelola emosi, menerima kondisi anak, serta menyesuaikan strategi pengasuhan secara lebih adaptif dalam menghadapi tekanan yang bersifat kronis (Lidiawati et al. 2024).

Penelitian yang dilakukan oleh Mohan dan Kulkarni (2018) terkait resiliensi orang tua dan pengalaman mereka dalam merawat anak disabilitas intelektual menunjukkan bahwa proses penerimaan dan adaptasi yang bertahap terhadap kondisi anak mampu membentuk resiliensi yang baik. Dalam Teori Adaptasi Sister Callista Roy (1984), resiliensi mencerminkan efektivitas mekanisme koping regulator dan kognator. Mekanisme regulator berkaitan dengan respons fisiologis terhadap stres, sedangkan mekanisme kognator berkaitan dengan proses persepsi, pembelajaran, pengambilan keputusan, dan regulasi emosi. Resiliensi yang tinggi menunjukkan bahwa kedua mekanisme tersebut bekerja secara efektif.

SIMPULAN

Karakteristik ibu yang memiliki anak dengan GSA didominasi oleh usia dewasa, berpendidikan menengah, tidak bekerja, serta memiliki lebih dari satu anak, yang mencerminkan pengalaman pengasuhan jangka panjang dengan tuntutan yang kompleks. Sebagian besar ibu mengalami tingkat parenting stress yang tinggi, sementara kualitas hidup umumnya berada pada kategori sedang hingga baik dengan variasi antar domain. Interaksi ibu–anak dan resiliensi ibu masih tergolong kurang optimal, di mana keduanya memiliki peran penting terhadap tingkat parenting stress.

Hasil analisis menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas hidup dan parenting stress. Sebaliknya, terdapat hubungan yang signifikan antara interaksi ibu–anak dan resiliensi ibu dengan parenting stress. Semakin buruk interaksi ibu–anak, maka semakin tinggi tingkat

parenting stress, sedangkan semakin tinggi resiliensi ibu, maka semakin rendah tingkat parenting stress. Oleh karena itu, peningkatan kualitas interaksi ibu–anak serta penguatan resiliensi ibu menjadi faktor penting dalam upaya menurunkan parenting stress pada ibu yang memiliki anak dengan autisme.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, ibu diharapkan meningkatkan kualitas interaksi dengan anak melalui pola asuh responsif, komunikasi empatik, serta keterlibatan aktif, sekaligus memperkuat resiliensi melalui strategi coping adaptif, pengelolaan stres, dan pemanfaatan dukungan sosial. Pihak sekolah dapat berperan lebih aktif dalam memberikan edukasi, pendampingan, dan layanan konseling bagi orang tua. Bagi peneliti selanjutnya disarankan memperluas cakupan penelitian dan menambahkan variabel yang relevan. Penerapan saran dapat membantu menurunkan tingkat parenting stress, meningkatkan kualitas interaksi ibu–anak, memperkuat resiliensi ibu, serta mendukung kualitas hidup keluarga secara keseluruhan. Selain itu, hasil penelitian yang lebih luas akan memperkaya pengembangan intervensi yang tepat bagi ibu dengan anak GSA.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak SLB Manunggal Slawi yang telah memberikan izin dan dukungan sehingga penelitian ini dapat berjalan dengan lancar, dan responden yang telah bersedia mengikuti penelitian ini. Ucapan terima kasih juga penulis sampaikan kepada seluruh dosen Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto atas dukungan yang diberikan selama proses penelitian yang telah memungkinkan penelitian ini terlaksana dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Aryuni, Muthia. 2025. "Parenting Stress in Working Mothers : A Case Study of Parents of Elementary School Children in Palu City."
- BPS. 2022. *Jumlah Penduduk Pertengahan Tahun (Ribu Jiwa), 2020–2022*.
- Dewi, Sulistiana, and Soufni Morawati. 2024. "Gangguan Autis Pada Anak." *Scientific Journal* 3(6):404–17. doi: 10.56260/sciena.v3i6.177.
- Fatihahma, Nastiti, and Wiwin Hendriani. 2025. "Peran Coping Stress Orang Tua Tunggal Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus." 13(1):132–40.
- Feriyanti, Yang Gusti, Diana Sari, and Nurlida Asni. 2025. "Peran Ibu Dalam Rumah Tangga Dalam Meningkatkan Prestasi Anak Yang." 2(1):84–98.
- Ginting, Agustaria, Mardiaty Barus, and Ester Rahel Pardosi. 2024. "Gambaran Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Ibu Tentang Sibling Rivalry Pada Anak Usia Prasekolah Di TK Katolik Assisi Medan Tahun 2024." 4:6897–6907.
- Haryanti, Tri, and Atika Dhiah Anggraeni. 2020. "Hubungan Peran Orang Tua Anak Berkebutuhan Khusus Terhadap Pencegahan Covid-19." 4. doi: 10.30595/pshms.v4i.547.
- Hou, Yuh Ming, Lydia Stewart, Lai Sang Iao, and Chin Chin Wu. 2018. "Parenting Stress and Depressive Symptoms in Taiwanese Mothers of Young Children with Autism Spectrum Disorder: Association with Children's Behavioural Problems." *Journal of Applied Research in Intellectual*

Disabilities 31(6):1113–21. doi: 10.1111/jar.12471.

- Juita, Lara, and Dara Zulaiha. 2025. “Perilaku Anak Dengan Autisme Usia 8 Tahun Di YPAC Palembang Reva Septiana PGPAUD Universitas Sriwijaya.” 3(2):322–30.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2022. “Autisme A-Z Webinar Peringatan Hari Peduli Autisme Sedunia 2022.” Retrieved November 13, 2025 (<https://kesmas.kemkes.go.id/konten/133/0/autisme-a-zwebinar-peringatan-hari-peduli-autisme-sedunia-2022>).
- Kumari, Reena, Tapas Kumar Ray, Ananya Ray Laskar, and Ritu Majumdar. 2025. “Psychosocial Burden in Parents Having Intellectually Disabled Children: A Hospital-Based Study.” *Indian Journal of Community Medicine* 50(1):90–92. doi: 10.4103/ijcm.ijcm_358_23.
- Kusumah, Wina Marma, Christine Masada Hirashita Tobing, and Mulyadi Mulyadi. 2022. “Hubungan Self-Compassion Dengan Parenting Stress Pada Orang Tua Anak Berkebutuhan Khusus.” *Orien: Cakrawala Ilmiah Mahasiswa* 2(2):107–14. doi: 10.30998/ocim.v2i2.7611.
- Lidiawati, Krishervina Rani, Wiwit Puspitasari Dewi, Shema Christy, and Noya Simamora. 2024. “Resiliensi Ibu Tunggal : Peran Kebersyukuran Dan Regulasi Emosi.” 17(3):263–75.
- Lizardi, Jennifer, Callista Dian Puspita, Azka Karimah, Suryo Slamet Kamal Kalamillah, and Sri Juwita Kusumawardhani. 2025. “Pengaruh Keterlibatan Tugas Domestik Dan Tingkat Stres Dual Earner Couple Terhadap Kualitas Pengasuhan Anak.” 12(April):198–209.
- Mardatilah Hayati, and Fikrie Fikrie. 2024. “Hubungan Parenting Stress Dengan Kualitas Relasi Orang Tua-Anak Pada Orang Tua Dengan Anak Autisme.” *Jurnal Psikologi* 1(4):19. doi: 10.47134/pjp.v1i4.2790.
- Maula, Nadilatul, Anggraeni Swastikasari, and Festa Rahmanawati. 2025. “Pengaruh Dukungan Sosial Suami Terhadap Tingkat Stres Pengasuhan Ibu Bekerja.” 16(3):1–12.
- Maulidya, Isna, and Raden Rachmy Diana. 2024. “Pola Pengasuhan Anak Usia Dini Pada Orang Tua Pekerja Shift Malam (Sps) Satuan Paud Sejenis Prapat Hulu, Babussalam, Aceh Tenggara.” 11(November):83–96.
- Mohan, Radhika, and Mrinmoyi Kulkarni. 2018. “Resilience in Parents of Children with Intellectual Disabilities.” 1–25. doi: 10.1177/0971333617747321.
- Nathaniella, Sherly Shava, and Dewita Karema Sarajar. 2025. “Hubungan Antara Resiliensi Dengan Parenting Stress Pada Ibu Tunggal Yang Bekerja Di Sektor Formal.” 4(11):8697–8712.
- Nisa, Lutfi, Roro Rukmi, Windi Perdani, Risti Graharti, Dyah Wulan Sumekar, Rengganis Wardani, Dewi Nur Fiana, and Fidha Rahmayani. 2025. “Tantangan Dan Strategi Dalam Menangani Anak Dengan Gangguan Spektrum Autisme : Literatur Review Challenges and Strategies in Dealing Children with Autism Spectrum Disorder : A Literature Review.” 14:2009–15.
- Nurussakinah, Rai, Henny Suzana Mediani, and Dadang Purnama. 2024. “Pentingnya Dukungan Emosional Untuk Orang Tua Anak Autisme Di SLB : Pembelajaran Dari Pengalaman Kecemasan.” 5039(2016):17–23.
- Saudi, Arab, Dalal S. Alenazi, Sabri M. Hammad, and Amal E. Mohamed. 2020. “Effect of Autism on Parental Quality of Life in Arar City, Saudi Arabia.” 15–22. doi: 10.4103/jfcm.JFCM.
- Sugitanata, Arif, and Sarah Aqila. 2024. “Transformasi Pengasuhan Anak Di Era Digital : Analisis Fenomena ‘ Sosmedika Mom ’ Dan Dampaknya Terhadap Ibu-Ibu Modern ”. 4(1):17–31.
- Suherik, Ocha Ananda, and Rini Hildayani. 2024. “Memahami Keyakinan Diri Ibu Berusia Remaja: Studi Kualitatif Mengenai Maternal Self-Efficacy.” 17(3):172–80. doi: 10.35134/jpsy165.v17i3.375.
- Sulistiyana, Syaharani Erika, and Norman Wijaya Gati. 2023. “Gambaran Tingkat Depresi Pada Orangtua Dengan Anak Autis Di Uptd Pusat Layanan Disabilitas Dan Pendidikan Inklusif Kota Surakarta.” *Jurnal Ilmiah Penelitian Mandira Cendikia* 1(3):18–26.

- Supriani, Yuli, and Opan Arifudin. 2023. "Partisipasi Orang Tua Dalam Pendidikan Anak Usia Dini." 1(1):95–105.
- Suryani, Suci Putri, and Zakwan Adri. 2024. "Studi Fenomenologis Gambaran Regulasi Emosi Pada Ibu Tunggal Yang Bekerja." 4:13245–54.
- Valentia, Stefany, Riryng Sani, and Yuliana Anggreany. 2020. "Hubungan Antara Resiliensi Dan Penerimaan Orangtua Pada Ibu Dari Anak Yang Terdiagnosis Autism Spectrum Disorder (ASD)." (June). doi: 10.24854/jpu59.
- Wahyuni, Rika. 2024. "Hubungan Tingkat Pendidikan Dan Pola Pikir Orang Tua Terhadap Pola Pengasuhan Anak." 1:1–26.
- World Health Organization. 2025. "Autism." *World Health Organization*. Retrieved September 17, 2025 (<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/autism-spectrum-disorders>).