

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Setiap orang tua rentan menghadapi tantangan dan kerepotan dalam mengasuh anak mereka (Holly dkk., 2019). Tantangan yang dihadapi pun dapat bervariasi karena adanya perbedaan karakteristik dan kebutuhan tiap anak, termasuk pada anak dengan gangguan spektrum autisme. Gangguan spektrum autisme dapat dipahami sebagai salah satu jenis gangguan perkembangan neurologis yang ditandai dengan adanya defisit dalam komunikasi sosial dan interaksi sosial serta adanya pola perilaku, ketertarikan, dan aktivitas yang terbatas dan berulang (*American Psychiatric Association*, 2013).

Secara statistik, prevalensi autisme di dunia cenderung mengalami peningkatan (Elsabbagh dkk., 2012; Hahler & Elsabbagh, 2015). Salah satu bukti atas peningkatan tersebut dapat dilihat berdasarkan hasil beberapa penelitian yang dilakukan di Asia pada tahun 1980-2008 dengan prevalensi 14,8/10.000 (Sun & Allison, 2010), lalu pada tahun 2008-2018 meningkat menjadi 0,36% (36/10.000) (Qiu dkk., 2020). Penelitian lain yang dilakukan di Italia menemukan 1 dari 87 anak usia 7-9 tahun mengalami gangguan ini (Narzisi dkk., 2020). Di samping itu,

Autism and Developmental Disabilities Monitoring Network juga melaporkan bahwa pada tahun 2018 terdapat 1 dari 44 anak di beberapa wilayah Amerika Serikat yang mengalami gangguan ini (Maenner dkk., 2021). Data terbaru menunjukkan bahwa dari 160 anak, satu diantaranya mengalami gangguan spektrum autisme (*World Health Organization*, 2021).

Namun, data mengenai prevalensi gangguan spektrum autisme di Indonesia masih belum diketahui secara pasti. Apabila merujuk pada penelitian terdahulu yang dilakukan di Indonesia, ditemukan bahwa dari 833 anak kelahiran antara 1984 dan 1991, satu diantaranya mengalami gangguan spektrum autisme (Wignyosumarto dkk., 1992). Diperkirakan pula jumlah individu dengan gangguan ini di Indonesia mencapai angka 2,4 juta orang dengan penambahan 500 orang per tahun (Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia, 2018). Selain itu, diperkirakan bahwa pada tahun 2013 jumlah anak dengan gangguan ini mencapai 112.000 dan pada tahun 2020 diperkirakan mencapai 900.000, serta berpotensi untuk mengalami peningkatan (klinikautis.com, 2018 dalam Desiningrum dkk., 2020). Beberapa informasi tersebut menandakan adanya perkiraan atas tingginya prevalensi dan jumlah gangguan spektrum autisme di Indonesia.

Pengasuhan anak dengan gangguan spektrum autisme dapat menimbulkan berbagai tantangan bagi orang tua (Lee, 2009). Tantangan pertama yang dihadapi oleh orang tua adalah adanya masalah perilaku anak (misalnya perilaku impulsif, persoalan komunikasi, permasalahan terkait pengambilan perspektif, perilaku dan

kognitif yang kaku, dan persoalan sensorik anak) (Hall & Graff, 2012; Mount & Dillon, 2014) serta persoalan emosional dalam diri anak (Giovagnoli dkk., 2015), yang sulit diterima dalam masyarakat (Shattuck dkk., 2007; Simonoff dkk., 2008). Tantangan kedua adalah adanya stigma dalam masyarakat (Daulay dkk., 2018; Kinnear dkk., 2016). Tantangan ketiga yakni tingginya biaya perawatan anak dengan gangguan ini (Liang, 2018 dalam Hu dkk., 2019). Selain itu, tantangan keempat adalah terkait dengan pandemi Covid-19, dimana anak dengan gangguan ini diketahui mengalami kesulitan dalam menghadapi suatu transisi (Tokatly Latzer dkk., 2021). Hal tersebut didukung oleh hasil dari penelitian di Italia yang menunjukkan dari 527 pengasuh anak dengan gangguan spektrum autisme, sebanyak 93,9% diantaranya menghadapi kesulitan dalam mengelola aktivitas sehari-hari dan masalah perilaku sebagai dampak dari adanya pandemi Covid-19 (Colizzi dkk., 2020). Sementara itu, perlu diingat pula bahwa gangguan ini merupakan suatu kondisi seumur hidup (Elsabbagh dkk., 2012), sehingga orang tua pun berpotensi untuk berhadapan dengan kondisi anak dalam waktu yang cukup lama.

Orang tua dapat berpotensi mengalami stres pengasuhan dikarenakan banyaknya tantangan-tantangan dalam mengasuh anak dengan gangguan spektrum autisme. Stres pengasuhan adalah kondisi stres yang terjadi ketika terdapat tuntutan pengasuhan yang lebih besar daripada sumber daya personal dan sosial, seperti pengetahuan, keterampilan pengasuhan, maupun dukungan sosial, untuk koping dengan tuntutan tersebut (Abidin, 1992; Deater-Deckard, 2004).

Orang tua dari anak dengan gangguan spektrum autisme memiliki tingkat stres, gejala depresi, dan gejala kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan dengan orang tua dari anak yang berkembang tipikal (anak yang berkembang seperti pada umumnya), *Down syndrome*, maupun keterlambatan perkembangan lainnya (Dabrowska & Pisula, 2010; Estes dkk., 2009; Keenan dkk., 2016; Weiss, 2002). Penelitian yang dilakukan oleh Silva dan Schalock (2012) melaporkan stres pengasuhan pada kelompok autisme empat kali lebih tinggi daripada kelompok tipikal, dan dua kali lebih tinggi daripada kelompok dengan keterlambatan perkembangan lainnya (Silva & Schalock, 2012). Sebanyak 50,4% orang tua dari anak dengan autisme melaporkan bahwa mereka mengalami stres, dibandingkan orang tua dari anak yang berkembang tipikal (7,1%) dan gangguan perkembangan lainnya (23,6%) (Silva & Schalock, 2012). Mereka melaporkan stres yang tinggi, khususnya terkait dengan keterampilan komunikasi anak (77,6%) dan penerimaan anak oleh lingkungan (72,2%) (Silva & Schalock, 2012). Di samping itu, sejumlah 79% pengasuh anak dengan gangguan spektrum autisme memiliki stres pengasuhan secara klinis dibandingkan 8% pengasuh anak yang berkembang seperti pada umumnya (Keenan dkk., 2016).

Ibu dari anak dengan gangguan spektrum autisme memiliki stres pengasuhan yang lebih tinggi dibandingkan dengan ayah (Dabrowska & Pisula, 2010; Johnson dkk., 2011; Lounds dkk., 2007). Hasil penelitian oleh Samadi dan McConkey (2014) melaporkan bahwa ibu dari anak dengan gangguan ini (58,6%) memiliki lebih banyak stres pengasuhan dibandingkan ayah (35,6%). Temuan dari

suatu studi juga melaporkan bahwa rata-rata skor stres pengasuhan ibu dari anak dengan gangguan ini sebesar 29,94, sedangkan pada ayah 24,41 (Pisula & Porębowicz-Dörsmann, 2017). Ditemukan pula bahwa ibu dari anak dengan gangguan ini memiliki peluang yang lebih tinggi mengalami depresi (11,6%) daripada ayah (5,6%) (Cohrs & Leslie, 2017). Selain itu, studi yang dilakukan pada 70 ibu yang memiliki anak dengan gangguan spektrum autisme menemukan bahwa 77% diantaranya memiliki stres yang signifikan secara klinis (Kiami & Goodgold, 2017). Secara spesifik, ibu dari anak dengan autisme memiliki stres yang lebih tinggi pada 7 dari 15 skala *Questionnaire on Resources and Stress* (QRS), daripada ibu dari anak dengan *Down syndrome* (Pisula, 2007). Hal tersebut juga didukung oleh hasil penelitian lainnya bahwa ibu dari anak dengan gangguan spektrum autisme melaporkan stres pengasuhan yang lebih tinggi daripada ibu dari anak lainnya (Ingersoll dkk., 2011). Tingginya stres pengasuhan ibu dari anak dengan gangguan ini disebabkan oleh peran, keterlibatan, dan tanggung jawab ibu dalam merawat anak dengan gangguan ini yang lebih besar di kehidupan sehari-hari, sehingga dapat berdampak pada tingginya distress karena terpapar oleh banyaknya tantangan pengasuhan (Davis & Carter, 2008; Foody dkk., 2015).

Apabila stres pengasuhan tidak segera ditangani dengan tepat, maka dapat menimbulkan risiko munculnya berbagai dampak negatif. Orang tua yang tertekan akan cenderung menolak, mengontrol, dan kurang memberikan kasih sayang terhadap anak (Belsky, 1984; Webster-Stratton, 1990). Stres tersebut dapat pula

berdampak pada kesejahteraan jangka panjang, baik bagi orang tua maupun anak (Crnic & Low, 2002 dalam Zaidman-Zait dkk., 2017). Selain itu, orang tua menjadi rentan memiliki bias persepsi ketika menilai perilaku anak, menjadi reaktif dalam merespons anak, serta menunjukkan kecenderungan agresivitas (Nurhamidah & Retnowati, 2018). Hal tersebut mengindikasikan bahwa tingginya stres pengasuhan yang dialami ibu dapat berdampak pada proses pengasuhan anak dengan gangguan spektrum autisme. Ibu menjadi memiliki kerentanan untuk menunjukkan perilaku pengasuhan disfungsional yang dapat berdampak negatif terhadap perilaku anak (Abidin, 1992 dalam de Maat dkk., 2021).

Padahal, anak dengan gangguan spektrum autisme membutuhkan adanya dukungan dan perhatian yang lebih besar pula dari orang tua, dalam hal ini adalah ibu. Ibu juga perlu menunjukkan responsivitas atas kebutuhan dari anak, sehingga aspek-aspek maupun potensi-potensi dalam diri anak bisa dioptimalkan. Akan tetapi, ketika ibu mengalami stres pengasuhan, maka beberapa perilaku tersebut menjadi kurang mampu ditampilkan dalam proses pengasuhan. Di samping itu, stres tersebut berpotensi menurunkan perkembangan pada anak dengan gangguan spektrum autisme (Pruitt dkk., 2016), sehingga karakter dan kompetensi anak pun menjadi sulit dikembangkan (Baumrind & Thompson, 2002). Oleh karena itu, pengasuhan pun menjadi kurang optimal, yang mengindikasikan adanya ketidaksesuaian antara kondisi di lapangan dengan kondisi ideal. Berdasarkan hal tersebut, maka perlu dilakukan kajian literatur mengenai faktor-faktor protektif yang dapat berpotensi berhubungan dengan rendahnya stres pengasuhan.

Hasil kajian literatur menunjukkan bahwa terdapat beragam faktor yang berpotensi memiliki korelasi dengan rendahnya stres pengasuhan individu. Faktor-faktor tersebut diantaranya adalah *trait mindfulness* (Campbell dkk., 2017; Conner & White, 2014; Corthorn & Milicic, 2016), dukungan sosial (Derguy dkk., 2016; Zaidman-Zait dkk., 2017), *self-compassion* (Gouveia dkk., 2016), serta pemberdayaan orang tua (Bode dkk., 2016). Penelitian ini akan membahas lebih lanjut mengenai pengaruh *trait mindfulness* dan dukungan sosial terhadap stres pengasuhan.

Alasan penelitian ini meneliti *trait mindfulness* adalah bahwa ketika berada dalam kondisi yang tertekan, individu menjadi kurang memiliki kesadaran atas faktor protektif atau sumber daya yang dimiliki terhadap tekanan yang ada (Lazarus & Folkman, 1984 dalam Arbi & Ambarini, 2018), sehingga mereka pun berpotensi menunjukkan reaksi otomatis dan respons yang tidak sesuai (Arbi & Ambarini, 2018). Begitu pula dengan stres pengasuhan, individu menjadi kurang mampu menyadari sumber daya yang dimiliki untuk koping dengan tuntutan pengasuhan yang ada. Oleh karena itu, individu rentan menunjukkan perilaku pengasuhan yang disfungsi yang berdampak buruk bagi anak (Abidin, 1992 dalam de Maat dkk., 2021).

Kesadaran di atas dapat dijelaskan dengan menggunakan *trait mindfulness*. *Trait mindfulness* dapat dipahami sebagai kapasitas bawaan untuk mempertahankan perhatian terhadap pengalaman saat ini yang diikuti dengan sikap terbuka dan tidak menghakimi (Brown & Ryan, 2003 dalam Tang & Tang,

2020). *Trait mindfulness* juga dikenal sebagai *dispositional mindfulness* (Tang & Tang, 2020).

Penelitian terhadap ibu dari anak prasekolah menemukan hubungan negatif yang signifikan antara *trait mindfulness* dan stres orang tua (Corthorn & Milicic, 2016). Penelitian serupa juga menemukan bahwa terdapat hubungan negatif antara *trait mindfulness* ibu dari anak dengan gangguan spektrum autisme dengan stres yang dialaminya (Conner & White, 2014). Artinya tingginya *trait mindfulness* berhubungan dengan rendahnya stres pengasuhan. Semakin *mindful* orang tua, maka stres pengasuhan akan lebih rendah dan terkait dengan *mindfulness* yang lebih tinggi, serta semakin responsif terhadap kebutuhan anak (Campbell dkk., 2017).

Keberadaan *trait mindfulness* dapat membantu individu mengamati pikiran dan emosi negatif dengan tidak menghakimi, yang pada akhirnya dapat mengurangi reaksi emosional, penghindaran atas pengalaman, serta keterlibatan yang berlebihan atas emosi negatif (Hayes & Feldman, 2004 dalam Carpenter dkk., 2019). Individu pun akan lebih mampu mengadopsi strategi koping yang lebih adaptif, seperti penerimaan (Dillard & Meier, 2021). Penggunaan strategi koping yang lebih adaptif dapat membantu ibu dari anak dengan gangguan spektrum autisme menjadi lebih tangguh dan tidak rentan terhadap stres pengasuhan (Daulay dkk., 2018).

Selain itu, dalam teori stres pengasuhan oleh Abidin (1995 dalam Zaidman-Zait dkk., 2017) menyatakan bahwa stres tersebut terjadi ketika terdapat

kesenjangan antara tuntutan pengasuhan yang dirasakan dengan sumber daya personal dan sosial yang dimiliki. Hal tersebut mengindikasikan adanya penilaian individu atas kemampuan mereka dalam menghadapi tuntutan pengasuhan, dimana mereka kurang memiliki keyakinan atas kemampuannya sendiri (*self-efficacy*) dalam menghadapi tuntutan tersebut (Hong & Liu, 2021). *Self-efficacy* sendiri dapat terjadi ketika terdapat dorongan ataupun dukungan dari orang lain (Bandura, 1997 dalam Hong & Liu, 2021). Dorongan ataupun dukungan dari orang lain tersebut dapat dijelaskan dengan dukungan sosial.

Dukungan sosial dimaknai sebagai ketersediaan bantuan ataupun dukungan emosional dari seseorang yang dapat berperan dalam menghindari konsekuensi negatif dari penyakit utama maupun situasi menekan yang dialami individu (Sherbourne, 1988). Namun demikian, di negara berkembang, orang tua dari anak dengan gangguan spektrum autisme memiliki tekanan yang lebih tinggi karena rendahnya dukungan sosial jika dibandingkan dengan negara maju (Xiong dkk., 2010 dalam Lu dkk., 2018). Padahal, hasil dari beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa dukungan sosial yang lebih tinggi terkait dengan stres pengasuhan yang lebih rendah (Lindsey & Barry, 2018; Zaidman-Zait dkk., 2017). Selain itu, baik dukungan sosial yang diterima maupun dukungan sosial yang dirasakan, ketika dianalisis secara terpisah, terlihat bahwa secara signifikan terkait dengan stres yang lebih rendah (Robinson & Weiss, 2020). Keberadaan dukungan sosial membantu individu untuk lebih berdaya dan memiliki keyakinan

atas kemampuan diri sendiri dalam mengatasi stres (Bolger dkk., 2000; Green & Rodgers, 2001).

Hingga saat ini, telah ada cukup banyak penelitian yang menyelidiki faktor-faktor yang dapat memengaruhi stres pengasuhan, namun masih ditemukan adanya hasil yang tidak konsisten, termasuk pada *trait mindfulness* dan dukungan sosial. Temuan dari suatu penelitian menunjukkan hubungan terbalik antara *trait mindfulness* ibu dari anak dengan gangguan spektrum autisme dengan stres yang dialaminya (Conner & White, 2014). Sebaliknya, penelitian lainnya justru menemukan bahwa dimensi *nonjudging of inner experience* tidak secara langsung berhubungan dengan stres pengasuhan, ketika dianalisis bersama-sama dengan dimensi-dimensi lainnya dari *trait mindfulness* (Burke dkk., 2020). Selain itu, kondisi serupa ditemukan pada beberapa penelitian terkait dengan dukungan sosial dan stres pengasuhan. Terdapat beberapa penelitian yang menemukan pengaruh dukungan sosial, seperti dalam penelitian yang dilakukan pada sampel kelompok Arab dan Yahudi, bahwa dukungan sosial berpengaruh signifikan terhadap varian stres orang tua (Weinberg dkk., 2021). Akan tetapi, berbeda dengan temuan tersebut, penelitian lainnya menemukan bahwa dukungan yang diterima oleh orang tua yang memiliki anak autis berfungsi tinggi ternyata tidak memengaruhi distress mereka (Cuzzocrea dkk., 2016).

Melihat adanya fenomena stres pengasuhan ibu dari anak dengan gangguan spektrum autisme serta inkonsistensi hasil penelitian-penelitian sebelumnya, maka diperlukan adanya studi lebih lanjut mengenai variabel-variabel terkait.

Berdasarkan hasil telaah literatur pun belum ditemukan penelitian yang menggunakan *trait mindfulness*, dukungan sosial, dan stres pengasuhan ibu dari anak yang mengalami gangguan spektrum autisme secara bersama-sama. Oleh karena itu, dalam penelitian ini hendak meneliti mengenai pengaruh *trait mindfulness* dan dukungan sosial terhadap stres pengasuhan ibu yang memiliki anak dengan gangguan spektrum autisme.

1.2 Identifikasi Masalah

Penelitian ini bertujuan untuk meneliti pengaruh *trait mindfulness* dan dukungan sosial terhadap stres pengasuhan ibu yang memiliki anak dengan gangguan spektrum autisme. Walaupun dalam beberapa penelitian sebelumnya telah ada banyak penelitian sejenis, akan tetapi masih ditemukan adanya hasil yang tidak konsisten mengenai pengaruh dari *trait mindfulness* dan dukungan sosial terhadap stres pengasuhan. Oleh karena itu, penelitian ini perlu dilakukan untuk mengetahui lebih lanjut mengenai hal tersebut.

Penelitian yang dilakukan oleh Conner dan White (2014) menemukan pentingnya *trait mindfulness* pada ibu dari anak dengan gangguan spektrum autisme. *Trait mindfulness* merupakan kapasitas bawaan untuk mempertahankan perhatian terhadap pengalaman saat ini yang diikuti dengan sikap terbuka dan tidak menghakimi (Brown & Ryan, 2003 dalam Tang & Tang, 2020). *Trait mindfulness* memuat *observing, describing, acting with awareness, nonjudging of inner experience*, dan *nonreactivity to inner experience* (Baer dkk., 2006). *Trait*

mindfulness yang menekankan adanya kesadaran pada pengalaman saat ini dapat membantu individu untuk memiliki kapasitas kognitif serta regulasi emosi yang lebih baik (Tomlinson dkk., 2017). Tingginya *trait mindfulness* yang dimiliki orang tua dapat berkorelasi dengan tingginya penerimaan orang tua, afeksi, dan responsivitas terhadap kebutuhan dari anak (Campbell dkk., 2017).

Namun demikian, hasil penelitian terdahulu masih menunjukkan temuan yang tidak konsisten antara *trait mindfulness* dan stres pengasuhan. Beberapa penelitian terdahulu menemukan bahwa *trait mindfulness* memiliki korelasi negatif dengan stres orang tua (Campbell dkk., 2017; Conner & White, 2014; Gouveia dkk., 2016). Artinya, tingginya *trait mindfulness* berhubungan dengan rendahnya stres orang tua. Bertentangan dengan temuan tersebut, penelitian lainnya menemukan dari tiga dimensi *trait mindfulness* yang diteliti (*acting with awareness*, *nonjudging of inner experience*, dan *nonreactivity to inner experience*), ternyata ditemukan bahwa hubungan antara stres pengasuhan dengan *nonjudging of inner experience* bersifat tidak langsung, ketika dua dimensi lainnya ikut dipertimbangkan (Burke dkk., 2020). Temuan tersebut bertolak belakang dengan beberapa temuan penelitian sebelumnya.

Di samping itu, kebanyakan dari peneliti sebelumnya melakukan penelitian yang tidak secara khusus tentang *trait mindfulness* (Campbell dkk., 2017) serta pada sampel orang tua yang tidak memiliki anak dengan gangguan spektrum autisme (Burke dkk., 2020; Campbell dkk., 2017; Corthorn & Milicic, 2016; Gouveia dkk., 2016). Selain itu, dari kajian literatur ditemukan adanya satu

penelitian yang secara spesifik meneliti terkait dengan *trait mindfulness* dan stres pada ibu yang memiliki anak dengan gangguan spektrum autisme (Conner & White, 2014). Akan tetapi, dalam penelitian tersebut konsep stres yang digunakan adalah stres secara umum yang diukur dengan menggunakan *Perceived Stress Scale*, bukan stres pengasuhan. Padahal, stres pengasuhan berbeda dengan stres lainnya karena berhubungan langsung dengan tanggung jawab individu dalam mengasuh anak (de Maat dkk., 2021).

Dengan demikian, penelitian ini meneliti kembali mengenai *trait mindfulness* dan stres pengasuhan karena adanya temuan yang tidak konsisten dalam penelitian-penelitian sebelumnya serta terbatasnya penelitian yang meneliti pada ibu yang memiliki anak dengan gangguan spektrum autisme. Penelitian ini juga mencoba mengatasi kelemahan dari penelitian Conner dan White (2014), yakni dengan menggunakan pengukuran stres pengasuhan ibu menggunakan *Parenting Stress Index-Short Form* (PSI-SF) (Abidin, 1995 dalam Zaidman-Zait dkk., 2011). Harapannya dapat ditemukan adanya gambaran secara spesifik terkait dengan pengaruh *trait mindfulness* terhadap stres pengasuhan.

Selain *trait mindfulness*, dukungan sosial juga diduga memengaruhi stres pengasuhan. Dukungan sosial adalah keberadaan bantuan ataupun dukungan emosional yang dapat berperan dalam menghindari konsekuensi negatif penyakit utama maupun situasi menekan yang dialami individu (Sherbourne, 1988). Dukungan sosial akan membuat individu merasa lebih memiliki keyakinan atas kemampuannya sendiri dalam mengatasi stres yang ada, sehingga lebih berdaya

(Bolger dkk., 2000; Green & Rodgers, 2001). Dukungan tersebut juga memungkinkan orang tua untuk lebih adaptif dan resilien (Zhao dkk., 2021), yang dapat membantu ibu untuk merespons kebutuhan anak dengan baik (Respler-Herman dkk., 2012). Terdapat penelitian yang menemukan bahwa tingginya dukungan sosial terkait dengan rendahnya stres pengasuhan (Lindsey & Barry, 2018; Weinberg dkk., 2021; Zaidman-Zait dkk., 2017). Bertolak belakang dengan penelitian-penelitian tersebut, dalam suatu studi ditemukan bahwa dukungan yang diterima orang tua yang memiliki anak autisme berfungsi tinggi ternyata tidak memengaruhi distress orang tua (Cuzzocrea dkk., 2016).

Walaupun penelitian terdahulu sudah banyak yang meneliti dukungan sosial dan stres orang tua dari anak dengan gangguan spektrum autisme, namun perlu dipahami bahwa teori dan pengukuran yang digunakan cukup beragam. Pengukuran tersebut seperti *Social Support Questionnaire* (SSQ) (Cuzzocrea dkk., 2016), *Social Support Scale* (SSS) of the *Canadian National Longitudinal Survey of Children and Youth* (Zaidman-Zait dkk., 2017), *Multidimensional Survey of Perceived Social Support* (Lindsey & Barry, 2018; Weinberg dkk., 2021), *Social Provisions Scale* dan *Inventory of Socially Supportive Behaviours* (Robinson & Weiss, 2020). Hal tersebut dikarenakan dukungan sosial merupakan konstruk yang cukup sulit diukur, sehingga terdapat banyak tokoh yang mendefinisikan dan mengembangkan alat ukur dukungan sosial dengan dimensinya masing-masing (Heaney & Israel, 2008 dalam Dumitrache dkk., 2021).

Berbeda dengan penelitian-penelitian sebelumnya, dalam penelitian ini teori dan alat ukur yang digunakan adalah menggunakan *Medical Outcomes Study: Social Support Survey* (MOS-SSS) (Sherbourne & Stewart, 1991). Instrumen tersebut merupakan salah satu alat ukur persepsi dukungan sosial yang secara internasional paling banyak digunakan (Santos dkk., 2015) dan pernah digunakan dalam sampel orang tua dari anak dengan autisme (Ingersoll & Hambrick, 2011), namun masih terbatas yang membahasnya dengan stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak dengan gangguan spektrum autisme. Penggunaan teori dan instrumen yang berbeda dengan beberapa studi sebelumnya dimaksudkan untuk memberikan temuan yang lebih komprehensif ketika dilihat menggunakan teori yang berbeda apakah dukungan sosial dapat memengaruhi stres pengasuhan atau tidak.

Padahal, jika *trait mindfulness* dan dukungan sosial berpengaruh terhadap stres pengasuhan ibu dari anak dengan gangguan spektrum autisme, maka hal ini dapat menjadi faktor protektif tersendiri dalam mengasuh anak yang memiliki beragam gejala dan tantangannya. Oleh karena itu, penelitian ini meneliti pengaruh *trait mindfulness* dan dukungan sosial terhadap stres pengasuhan ibu yang memiliki anak dengan gangguan spektrum autisme. Berbeda dari beberapa penelitian sebelumnya, penelitian ini juga menggunakan variabel *trait mindfulness* dan dukungan sosial terhadap stres pengasuhan secara bersamaan.

1.3 Batasan Masalah

Penelitian ini memiliki beberapa batasan masalah. Batasan masalah ditentukan supaya penelitian ini bisa berfokus dalam menemukan jawaban penelitian. Batasan masalah dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Ibu dari Anak dengan Gangguan Spektrum Autisme

Ibu merupakan wanita yang telah melahirkan maupun sapaan bagi wanita yang telah memiliki suami (KBBI Daring, 2016). Ibu yang dimaksudkan dalam penelitian ini adalah ibu yang memiliki anak dengan diagnosis gangguan spektrum autisme yang berusia 2-18 tahun. Gangguan spektrum autisme dalam *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders Fifth Edition* (DSM-5) ditandai dengan adanya defisit dalam komunikasi sosial dan interaksi sosial serta adanya pola perilaku, ketertarikan, dan aktivitas yang terbatas dan berulang (American Psychiatric Association, 2013).

2. *Trait Mindfulness*

Trait mindfulness merupakan kapasitas bawaan untuk mempertahankan perhatian terhadap pengalaman saat ini yang diikuti dengan sikap terbuka dan tidak menghakimi (Brown & Ryan, 2003 dalam Tang & Tang, 2020). *Trait mindfulness* ini mengacu pada kualitas disposisi yang stabil (Goodman dkk., 2017) dan berbeda dengan *state mindfulness* yang bersifat sementara dan bisa bervariasi di berbagai situasi (Tomlinson dkk., 2017). *Trait mindfulness* dalam penelitian ini adalah *trait mindfulness* dari ibu yang memiliki anak dengan gangguan spektrum autisme.

3. Dukungan Sosial

Dukungan sosial yang dibahas dalam penelitian ini adalah dukungan sosial pada ibu yang memiliki anak dengan gangguan spektrum autisme. Dukungan sosial yang dimaksudkan adalah keberadaan bantuan atau dukungan emosional dari orang lain yang dapat mencegah konsekuensi negatif dari penyakit utama dan situasi menekan (Sherbourne, 1988).

4. Stres Pengasuhan

Stres pengasuhan dalam penelitian ini adalah stres pengasuhan yang dialami oleh ibu yang memiliki anak dengan gangguan spektrum autisme. Stres pengasuhan merupakan stres yang terjadi karena adanya kesenjangan antara tuntutan pengasuhan yang dialami dengan sumber daya untuk memenuhi hal tersebut (Abidin, 1995 dalam Zaidman-Zait dkk., 2017).

1.4 Rumusan Masalah

1. Apakah *trait mindfulness* dan dukungan sosial secara simultan berpengaruh terhadap stres pengasuhan ibu yang memiliki anak dengan gangguan spektrum autisme?
2. Apakah *trait mindfulness* memiliki peran terhadap stres pengasuhan ibu yang memiliki anak dengan gangguan spektrum autisme?
3. Apakah dukungan sosial memiliki peran terhadap stres pengasuhan ibu yang memiliki anak dengan gangguan spektrum autisme?

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah meneliti pengaruh *trait mindfulness* dan dukungan sosial terhadap stres pengasuhan ibu yang memiliki anak dengan gangguan spektrum autisme.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah memberikan kontribusi terhadap ilmu pengetahuan psikologi, khususnya mengenai stres pengasuhan, *trait mindfulness*, dan dukungan sosial ibu dari anak dengan gangguan spektrum autisme.

1.6.2 Manfaat Praktis

Memberikan informasi kepada masyarakat mengenai pengaruh *trait mindfulness* dan dukungan sosial terhadap stres pengasuhan ibu yang memiliki anak dengan gangguan spektrum autisme, sehingga harapannya dapat membantu ibu dalam memberikan pengasuhan yang lebih optimal.