

RASA SYUKUR DAN DUKUNGAN SOSIAL SUAMI SEBAGAI PREDIKTOR STRES PENGASUHAN PADA IBU YANG MEMILIKI ANAK DENGAN GANGGUAN SPEKTRUM AUTISME (GSA)

Rezi Monica*), Fitriani Yustikasari Lubis, Shally Novita

Program Studi Magister Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Padjadjaran,
Jl. Raya Bandung, Sumedang KM 21, Jatinangor, Sumedang, 45363, Indonesia

*)E-mail: rezi23001@mail.unpad.ac.id

Abstrak

Ibu yang mengasuh anak dengan Gangguan Spektrum Autisme (GSA) dihadapkan pada tuntutan dan tanggung jawab yang lebih kompleks dibandingkan dengan pengasuhan anak yang berkembang secara umum maupun anak dengan kebutuhan khusus lainnya. Penelitian ini bertujuan memperoleh data empiris untuk mengetahui apakah rasa syukur dan dukungan sosial suami memprediksi terjadinya stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak dengan GSA. Partisipan berjumlah 103 ibu dengan anak GSA berusia 6–12 tahun, memiliki surat keterangan diagnosis GSA dari dokter atau psikolog, tinggal serumah dengan suami, dan dipilih dengan teknik *purposive sampling*. Data penelitian dikumpulkan menggunakan Parental Stress Scale (PSS), Gratitude Questionnaire-6 (GQ-6), dan skala dukungan sosial suami. Hasil analisis regresi linear berganda menunjukkan bahwa model regresi secara simultan signifikan ($F=7,479$, $p<0,05$). Namun, secara parsial, rasa syukur tidak secara signifikan memprediksi stres pengasuhan ($B=-0,072$, $SE=0,059$, $p=0,225$), sedangkan dukungan sosial suami memprediksi stres pengasuhan secara signifikan ($B=-0,059$, $SE=0,021$, $p=0,006$). Temuan ini memiliki implikasi praktis bagi pengembangan strategi pengasuhan anak dengan GSA, khususnya dalam upaya mengurangi stres pengasuhan pada ibu sebagai pengasuh utama.

Kata kunci: dukungan sosial suami, gangguan spektrum autisme, ibu, rasa syukur, stres pengasuhan

Gratitude and Husband's Social Support as Predictors of Parenting Stress in Mothers of Children with Autism Spectrum Disorder (ASD)

Abstract

Mothers raising children with Autism Spectrum Disorder (ASD) face more complex demands and responsibilities compared to mothers raising typically developing children or those with other special needs. This study aims to obtain empirical data to examine whether gratitude and husbands' social support predict parenting stress among mothers of children with ASD. Participants consisted of 103 mothers of children with ASD aged 6–12 years, all of whom had an official ASD diagnosis from a doctor or psychologist, lived with their husbands, and were selected using purposive sampling. Data were collected using the Parental Stress Scale (PSS), the Gratitude Questionnaire-6 (GQ-6), and a scale measuring perceived social support from husbands. Multiple linear regression analysis showed that the overall regression model was significant ($F=7.479$, $p<0.05$). However, when examined individually, gratitude did not significantly predict parenting stress ($B=-0.072$, $SE=0.059$, $p=0.225$), whereas husbands' social support significantly predicted parenting stress ($B=-0.059$, $SE=0.021$, $p=0.006$). These findings have practical implications for development of parenting strategies for children with ASD, particularly in efforts to reduce parenting stress among mothers as the primary caregivers.

Keywords: autism spectrum disorder, gratitude, husband's social support, mothers, parenting stress

PENDAHULUAN

Prevalensi Gangguan Spektrum Autisme (GSA) terus menunjukkan peningkatan secara global. Centers for Disease Control and Prevention (CDC) memperkirakan bahwa pada tahun 2020, 1 dari 36 anak usia 8 tahun di Amerika Serikat menyandang GSA, dengan prevalensi sekitar 4 persen pada anak laki-laki dan 1 persen pada

anak perempuan, yang menunjukkan peningkatan signifikan sejak tahun 2000 (Maenner *et al.*, 2023). World Health Organization (2023) memperkirakan bahwa 1 dari 100 anak di dunia mengalami GSA. Di Indonesia, meskipun belum tersedia data terbaru, Wakil Menteri Kesehatan RI memperkirakan jumlah anak GSA mencapai sekitar 2,4 juta. Selaras dengan itu, dr. Bernie



Endyarni Medise, Sp.A(K), M.P.H., menyatakan bahwa dari sekitar 4,5 juta kelahiran setiap tahun, 1 dari 100 anak diperkirakan mengalami GSA (Tim PPID Ditbalnak, 2024). Seiring peningkatan tersebut, kesehatan mental orang tua, khususnya ibu dengan anak GSA, perlu mendapat perhatian agar pengasuhan dapat berlangsung lebih optimal.

Anak dengan GSA memiliki pola pertumbuhan dan perkembangan yang berbeda dibandingkan anak lainnya (Dong *et al.*, 2024; Kuo *et al.*, 2022; Su *et al.*, 2024). Mereka kurang tertarik untuk berbagi pengalaman, memiliki keterbatasan dalam komunikasi nonverbal, serta mengalami kesulitan menjalin hubungan timbal balik. Anak dengan GSA sering mengulang aktivitas tertentu, terobsesi pada suatu objek, serta mengalami kesulitan dalam *pretend play*, memahami situasi sosial, mengambil perspektif orang lain, dan menunjukkan empati. Respons sensoriknya juga tidak biasa, bersifat repetitif, sensitif terhadap suara atau tekstur, serta tertarik pada cahaya atau gerakan (Balasco *et al.*, 2020; Dewi & Morawati, 2024; Ghanouni *et al.*, 2019; Glazzarrd *et al.*, 2016). Gejala dan tingkat keparahan GSA bervariasi, bergantung pada gangguan komunikasi sosial serta perilaku yang terbatas dan berulang (American Psychiatric Association, 2022). Kondisi ini menuntut perhatian penuh dari ibu sebagai pengasuh utama anak.

Stres pengasuhan adalah reaksi negatif yang muncul saat pengasuh merasa kewalahan, tidak mampu, serta kesulitan menyesuaikan diri dengan tuntutan peran (Rivas *et al.*, 2021). Faktor pemicunya antara lain meliputi karakteristik anak, seperti tantrum, hiperaktivitas, dan kesulitan beradaptasi (Abidin, 1992). Gong *et al.* (2015) menyatakan bahwa masalah perilaku anak dapat meningkatkan stres pada orang tua, khususnya ibu.

Ibu yang memiliki anak dengan GSA menghadapi tantangan lebih kompleks dibandingkan ibu dengan anak yang berkembang secara umum maupun berkebutuhan khusus lainnya. Mereka harus mengasuh sekaligus memberikan penanganan khusus, termasuk terapi wicara, terapi perilaku, integrasi sensori, dan intervensi lainnya yang membutuhkan biaya besar (Fernando, 2021). Selain itu, defisit perilaku pada anak, seperti kesulitan komunikasi, perilaku berulang, pada kemampuan kognitif dan adaptif, serta masalah emosional, dapat meningkatkan stres dan menurunkan kesejahteraan ibu (Craig *et al.*, 2016; Salomone *et al.*, 2018).

Ibu yang memiliki anak dengan GSA mencurahkan hampir seluruh waktunya untuk mendampingi terapi, mengawasi sekolah, dan menemani bermain, sehingga mengalami kelelahan fisik, gangguan tidur, kehilangan nafsu makan, serta minim waktu untuk diri sendiri maupun bagi anak lainnya (Acharya & Sharma, 2021; Fletcher *et al.*, 2012). Perilaku tantrum dan perilaku tidak pantas pada anak kerap mengundang penilaian negatif dari orang yang kurang memahami GSA, sehingga menimbulkan kesalahpahaman di ruang publik (Estes *et al.*, 2009). Anak sering dilabeli sebagai "nakal" atau "kerasukan," sementara ibu dianggap gagal dalam pengasuhan, sehingga mereka merasa malu atau dikucilkan meskipun bukan mereka yang mengalami GSA (Chen *et al.*, 2023; Samuel *et al.*, 2024). Kondisi ini dapat memicu stres, kecemasan, kemurungan, serta perasaan terisolasi dalam pengasuhan (Al-Farsi *et al.*, 2016).

Stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak dengan GSA berbeda dari pengasuhan pada ibu dengan anak berkebutuhan khusus lainnya, terutama dalam aspek interaksi orang tua-anak dan masalah perilaku (Rezendes & Scarpa, 2011). Anak dengan GSA umumnya mengalami kesulitan dalam komunikasi verbal maupun nonverbal, seperti tidak merespons panggilan, sulit memahami ekspresi, intonasi, dan isyarat sosial, serta menunjukkan respons emosional yang minim. Hambatan ini berkaitan dengan kesulitan memahami ucapan yang bermakna emosional serta rendahnya kemampuan adaptasi sosial (American Psychiatric Association, 2022). Akibatnya, interaksi antara ibu dan anak menjadi kaku, kurang terhubung secara emosional, serta menimbulkan rasa frustrasi dan kesepian. Penelitian menunjukkan bahwa keterbatasan komunikasi pada anak dengan GSA berkontribusi terhadap meningkatnya stres pada ibu (Phetrasuwan & Shandor Miles, 2009; Stanojevic *et al.*, 2017).

Anak GSA kerap menunjukkan perilaku repetitif, resistensi terhadap perubahan, dan kesulitan mengatur emosi, sehingga menuntut tenaga, kesabaran, dan perhatian ekstra dari ibu (Adams *et al.*, 2019). Perilaku yang tidak sesuai norma sosial sering memicu stigma, mendorong ibu menarik diri dari lingkungan, dan memperparah stres pengasuhan (Sim *et al.*, 2017). Beban pengasuhan dan kekhawatiran terhadap perilaku anak di tempat umum turut membuat ibu rentan mengalami isolasi sosial (Papadopoulos, 2021).

Sebaliknya anak dengan kebutuhan khusus lain seperti Down Syndrome (DS) cenderung lebih

responsif, ramah, dan memiliki lebih sedikit masalah perilaku, sehingga dapat membantu mengurangi stres ibu (Pastor-Cerezuola *et al.*, 2021). Dibandingkan dengan ibu dari ABK lainnya, ibu dari anak GSA menghadapi tantangan yang lebih berat karena perilaku anak yang sulit dipahami, tidak tampak secara fisik, dan sering disalahartikan, sehingga tingkat stres pengasuhan mereka cenderung lebih tinggi. Penelitian menunjukkan bahwa stres pengasuhan ibu dengan anak GSA lebih tinggi dibandingkan pada ayah, karena ibu lebih banyak terlibat dalam pengasuhan (Derguy *et al.*, 2016). Stres pengasuhan ini dapat berdampak pada perilaku anak. Ratnasari (2017) menjelaskan bahwa tingginya stres pengasuhan berkaitan dengan meningkatnya risiko terjadinya kekerasan terhadap anak di rumah. Stres pengasuhan juga dikaitkan dengan tingginya tingkat obesitas dan berdampak pada kesehatan anak (Jang *et al.*, 2021).

Perilaku bermasalah pada anak GSA dapat menghambat ibu dalam meningkatkan keterampilan hidupnya, karena kebutuhan anak sangat menyita waktu dan energi (Scahill *et al.*, 2016). Clauser *et al.* (2021) menyatakan bahwa ibu dengan tingkat stres tinggi cenderung kurang terlibat dalam pengasuhan, lebih sering menghukum, dan kurang peduli, sehingga berisiko meningkatkan perilaku hiperaktif dan agresif pada anak. Kimura dan Yamazaki (2015) menemukan bahwa tingginya stres pengasuhan berkaitan dengan praktik pengasuhan yang kurang efektif serta rendahnya respons terhadap kebutuhan anak. Oleh karena itu, penting bagi ibu dengan anak GSA untuk berupaya mengurangi stres pengasuhan.

Stres pengasuhan dipengaruhi oleh faktor internal, seperti strategi koping, rasa syukur, *self-efficacy*, *self-compassion*, karakteristik orang tua, serta faktor eksternal, seperti dukungan sosial (Akmalia & Febriani, 2021; Miranda *et al.*, 2019; Noor & Aslamawati, 2021; Nuha *et al.*, 2020; Wahyu *et al.*, 2023). Di antara faktor tersebut, rasa syukur dan dukungan sosial berpotensi berperan sebagai *buffer* menurunkan stres pengasuhan. Ibu dengan tingkat rasa syukur yang tinggi cenderung mengalami penurunan stres dalam menjalani peran pengasuhan (Ladapase & Nancy, 2024). Rasa syukur memperkuat ketahanan ibu serta membantu mereka memandang suatu hal dengan lebih positif. Dukungan sosial dari lingkungan, termasuk dari suami, dapat membantu mengurangi stres pengasuhan (Drogomyretska *et al.*, 2020). Dukungan ini memberikan ketenangan, meningkatkan

kepercayaan diri, dan membuat ibu merasa tidak sendirian.

Rasa syukur adalah kecenderungan untuk mengenali dan merespons kebaikan serta peran orang lain dalam pengalaman hidup dan hasil positif dengan emosi bersyukur (McCullough *et al.*, 2002). Rasa syukur dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk cara memaknai peristiwa hidup, bahkan yang buruk, sebagai anugerah (Watkins, 2014). Penelitian menunjukkan bahwa rasa syukur berkontribusi dalam menurunkan tingkat stres (Andriani & Sumargi, 2019; Ladapase & Nancy, 2024; Mawarpury *et al.*, 2023). Penelitian eksperimental mengenai pelatihan rasa syukur juga menemukan hasil serupa (Kristiana *et al.*, 2018; Yuniar *et al.*, 2023). Ibu dengan tingkat rasa syukur yang tinggi cenderung lebih optimis, memandang pengalaman hidup secara positif, merasakan emosi menyenangkan, serta menunjukkan perilaku sosial dalam mengasuh anak GSA.

Rasa syukur menurunkan stres dengan membantu ibu berpikir lebih jernih, bertindak lebih fleksibel, serta tetap tangguh dalam menghadapi tekanan pengasuhan, termasuk perilaku menantang anak dan kesulitan menjalin hubungan (Folkman & Moskowitz, 2000). Ibu yang bersyukur cenderung memandang anak GSA sebagai karunia, merawatnya dengan baik, dan menyadari bahwa tidak semua ibu memiliki kesempatan serupa. Wood *et al.* (2009) menyatakan bahwa individu yang bersyukur cenderung memiliki *well-being* tinggi dan lebih optimis, sehingga rasa syukur dapat berfungsi sebagai *buffer* terhadap dampak negatif stres pengasuhan.

Zimet *et al.* (1988) mendefinisikan dukungan sosial sebagai penilaian individu terhadap ketersediaan sumber dukungan menghadapi stres. Bagi ibu dengan anak GSA, dukungan sosial dapat berasal dari keluarga, pasangan, teman, maupun orang signifikan lainnya (Herawati *et al.*, 2018; Zimet *et al.*, 1988). Dukungan sosial yang paling penting adalah dukungan dari suami, karena bersifat jangka panjang menghadapi tantangan berkelanjutan dalam merawat anak. Desiningrum *et al.* (2021) menegaskan bahwa ibu dengan anak GSA membutuhkan dukungan sosial yang kuat dari suami.

Dukungan sosial dari suami berperan sebagai *buffer* yang dapat menurunkan stres pengasuhan dengan membantu ibu melihat sisi positif situasi serta meringankan beban. Dukungan ini mencakup kesiapan suami untuk

membantu ketika ibu membutuhkan waktu untuk diri sendiri (*me time*) atau teman berdiskusi mengenai pengasuhan (Safaria, 2005). Dengan demikian, ibu lebih mudah memperoleh solusi, hiburan dan semangat, sehingga reaksi terhadap stres menjadi lebih adaptif dan dampak negatifnya dapat berkurang. Bagi ibu dengan anak GSA, dukungan sosial dari suami memberikan berbagai manfaat. Desiningrum *et al.* (2021) menyatakan bahwa suami yang hangat dan kooperatif dapat membantu mengurangi stres pengasuhan serta mendukung perkembangan anak melalui peran ayah. Sebaliknya, kurangnya dukungan sosial dapat meningkatkan stres pengasuhan dan risiko depresi (Song *et al.*, 2022). Penelitian juga menunjukkan bahwa masalah perilaku anak GSA dan minimnya dukungan sosial dapat menurunkan *well-being* ibu dan meningkatkan stres pengasuhan (Porter & Loveland, 2018).

Studi sebelumnya menegaskan bahwa rasa syukur dan dukungan sosial dari suami berfungsi sebagai *buffer* yang saling melengkapi (Watkins, 2014). Dukungan sosial tanpa disertai rasa syukur belum tentu mampu menurunkan stres, dan sebaliknya, rasa syukur tanpa dukungan sosial juga tidak cukup efektif (Emmons & McCullough, 2003; Sarafino *et al.*, 2020).

Merujuk pada fenomena tersebut, penelitian ini penting untuk mendalami peran rasa syukur dan dukungan sosial suami dalam memprediksi stres pengasuhan pada ibu dengan anak GSA. Studi di Indonesia oleh Ati *et al.* (2018) meneliti rasa syukur, dukungan sosial, serta stres pada ibu dengan ABK, tetapi belum secara khusus membahas ibu dengan anak GSA maupun dukungan yang berasal dari suami. Pada realitanya, ibu dengan anak GSA menghadapi tantangan yang lebih kompleks, terutama terkait kesulitan komunikasi, interaksi sosial, serta perilaku bermasalah yang berkontribusi pada peningkatan stres pengasuhan (Bonis, 2016). Penelitian ini bertujuan mengisi kesenjangan tersebut dengan menguji sejauh mana rasa syukur dan dukungan sosial suami berperan dalam memprediksi stres pengasuhan. Hipotesis penelitian ini adalah bahwa rasa syukur dan dukungan sosial suami memprediksi stres pengasuhan secara negatif.

Penelitian ini diharapkan menjadi referensi dalam psikologi perkembangan terkait peran rasa syukur dan dukungan sosial suami sebagai faktor *buffer* terhadap stres pengasuhan pada ibu dengan anak GSA. Temuan ini dapat menjadi dasar bagi psikolog dan praktisi untuk merancang psikoedukasi atau intervensi,

khususnya program yang berfokus pada peningkatan kedua faktor tersebut guna menurunkan stres pengasuhan.

METODE

Desain Penelitian, Lokasi, dan Waktu

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *cross-sectional*. Data dikumpulkan pada Desember 2024–Januari 2025, baik secara langsung maupun daring, di 17 lembaga: Sekolah Luar Biasa (SLB), layanan terapi Anak Berkebutuhan Khusus (ABK), Pusat Kegiatan Belajar Masyarakat (PKBM), dan Pusat Pengembangan Potensi Anak (PUSPPA) di Kota dan Kabupaten Bandung, dengan pendampingan peneliti selama pengisian kuesioner.

Teknik Pengambilan Sampel

Partisipan dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* untuk memastikan kesesuaian dengan tujuan penelitian. Kriteria inklusi meliputi (1) ibu yang berperan sebagai pengasuh utama anak GSA berusia 6–12 tahun, (2) tinggal serumah dengan suami, dan (3) memiliki surat keterangan diagnosis GSA dari dokter atau psikolog. Kriteria eksklusi mencakup ibu yang bekerja penuh di luar rumah dan/atau tinggal bersama keluarga besar. Berdasarkan kriteria tersebut, terkumpul sebanyak 103 partisipan. Seluruh partisipan memenuhi kriteria inklusi dan tidak ada yang tereksklusi, sehingga total partisipan penelitian berjumlah 103 ibu dengan anak GSA.

Prosedur Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan setelah surat izin dikeluarkan oleh Dewan Komisi Etik Penelitian Universitas Padjadjaran dan dinyatakan lolos dengan nomor surat persetujuan etik: 1286/UN6.KEP.EC/2024. Pengisian kuesioner berlangsung selama 20–30 menit dan mencakup kuesioner utama serta data demografis (misalnya usia dan pendidikan) untuk keperluan analisis deskriptif dan inferensial.

Pengukuran dan Penilaian Variabel

Stres pengasuhan adalah beban atau ketegangan yang dialami orang tua terkait peran dan interaksi mereka dengan anak (Berry & Jones, 1995). Stres ini diukur menggunakan *Parental Stress Scale* (PSS) milik Berry dan Jones (1995), yang terdiri atas aspek positif dan negatif. Skala ini telah diterjemahkan ke bahasa

Tabel 1 Distribusi data demografis partisipan (n=103)
 Table 1 Distribution of participants' demographic data (n=103)

Kategori Category	n	%	Kategori Category	n	%
Usia ibu <i>Mother's age</i>			Pekerjaan suami <i>Husband's occupation</i>		
Dewasa muda <i>Early adulthood</i>	62	60,2	Pegawai swasta <i>Private employee</i>	60	58,3
Dewasa madya <i>Middle adulthood</i>	41	39,8	Pegawai negeri <i>Government employee</i>	10	9,7
Tingkat pendidikan ibu <i>Mother's educational level</i>			Wirasaha <i>Entrepreneur</i>	14	13,6
SD/MI <i>Elementary school</i>	4	3,9	Pekerja lepas <i>Freelancer</i>	9	8,7
SMP/MTS <i>Junior high school</i>	4	3,9	Buruh <i>Laborer</i>	3	2,9
SMA/MA/SMK <i>Senior high school</i>	50	48,5	Profesional <i>Professional</i>	2	1,9
Diploma III <i>Associate degree</i>	9	8,7	Lainnya <i>Other</i>	5	4,9
Diploma IV/Sarjana (S1) <i>Bachelor's degree</i>	34	33,0	Pemasukan keluarga perbulan <i>Monthly family income</i>		
Magister (S2) <i>Master's degree</i>	1	1,0	Kurang dari Rp3.000.000 <i>Less than IDR 3.000.000</i>	19	18,4
Lainnya <i>Other</i>	1	1,0	Rp3.000.000–6.000.000 <i>IDR 3.000.000–6.000.000</i>	54	52,4
Tingkat pendidikan suami <i>Husband's educational level</i>			Lebih dari Rp6.000.000 <i>More than IDR 6.000.000</i>	30	29,2
SD/MI <i>Elementary school</i>	4	3,9	Domisili <i>Regency</i>		
SMP/MTS <i>Junior high school</i>	4	3,9	Bandung-Kota <i>Bandung-City</i>	55	53,4
SMA/MA/SMK <i>Senior high school</i>	42	40,8	Bandung-Kabupaten <i>Bandung-Regency</i>	48	46,6
Diploma III <i>Associate degree</i>	5	4,9			
Diploma IV/Sarjana (S1) <i>Bachelor's degree</i>	39	37,9			
Magister (S2) <i>Master's degree</i>	8	7,8			
Lainnya <i>Other</i>	1	1,0			

Indonesia oleh Kurniadi *et al.* (2019) dan diuji validitas serta reliabilitasnya oleh Amalia *et al.* (2022). PSS memuat 17 item dengan skala Likert 5 poin, dari 1 sampai 5 (1=Sangat Tidak Setuju, 5=Sangat Setuju), mencakup pernyataan seperti "Saya bahagia dengan peran saya sebagai orang tua" dan "Perilaku anak saya seringkali memalukan atau membuat saya tertekan". Uji reliabilitas menunjukkan nilai *Cronbach's alpha* sebesar 0,88, mengindikasikan bahwa PSS memiliki konsistensi internal yang baik dan masuk kriteria "Good" menurut George dan Mallery (2003). Validitas berbasis *response processes* melalui *cognitive interviews* menunjukkan bahwa ibu

memahami item dan instruksi, meskipun beberapa revisi disarankan.

Rasa syukur adalah kecenderungan untuk mengenali dan merespons kebaikan serta peran orang lain dalam pengalaman hidup dan hasil positif dengan emosi bersyukur (McCullough *et al.*, 2002). Rasa syukur diukur menggunakan *Gratitude Questionnaire-6* (GQ-6) milik McCullough *et al.* (2002) yang telah diadaptasi ke dalam konteks budaya Indonesia oleh Grimaldy dan Haryanto (2020), dan terdiri dari dua faktor, yaitu apresiasi terhadap pengalaman hidup yang konstan dan apresiasi terhadap seluruh aspek kehidupan. GQ-6 memuat 11 item

Tabel 2 Statistik deskriptif variabel penelitian beserta aspek/dimensinya (n=103)
 Table 2 Descriptive statistics of research variables and their aspects/dimensions (n=103)

Variabel Variable	Minimum Minimum	Maximum Maximum	Rata-rata Mean	Median Median	Standar deviasi Std. Deviation
Rasa syukur <i>Gratitude</i>	26	77	66,48	67,00	7,537
Apresiasi terhadap pengalaman hidup yang konstan <i>Appreciation of constant life experiences</i>	6	42	35,33	36	5,073
Apresiasi seseorang terhadap berbagai aspek kehidupan <i>Appreciation of various aspects of life</i>	20	35	31,15	32	3,324
Dukungan sosial suami <i>Husband's social support</i>	71	174	139,35	139,00	21,274
<i>Attachment</i>	10	28	22,6	22	4,081
<i>Social integration</i>	13	32	25,94	26	4,153
<i>Opportunity for nurturance</i>	13	28	21,53	21	2,758
<i>Reliable alliance</i>	9	32	25,27	25	4,492
<i>Guidance</i>	9	32	24,72	24	4,376
<i>Reassurance of worth</i>	11	24	19,28	19	2,833
Stres pengasuhan <i>Parenting stress</i>	27	47	39,72	40,00	4,321

dengan skala Likert 7 poin, dari 1 sampai 7 (1=Sangat Tidak Setuju, 7=Sangat Setuju), yang mencakup pernyataan seperti "Banyak yang harus saya syukuri dalam hidup" dan "Saya bersyukur terhadap hal buruk yang saya terima". Uji reliabilitas menunjukkan nilai *Cronbach's alpha* sebesar 0,845, mengindikasikan bahwa GQ-6 memiliki konsistensi internal yang baik dan masuk kriteria "Good". Validitas berbasis *response processes* melalui *cognitive interviews* menunjukkan bahwa ibu memahami item dan instruksi dengan baik.

Menurut Weiss (1974), dukungan sosial adalah suatu proses hubungan yang terbentuk antara seseorang dengan orang lain, yang dilihat berdasarkan enam dimensi, yaitu *social integration*, *reliable alliance*, *opportunity for nurturance*, *attachment*, *guidance*, dan *reassurance of worth*. Penelitian ini berfokus pada dukungan sosial suami yang bersifat personal dan berkelanjutan. Dukungan sosial suami diukur menggunakan skala yang disusun oleh Pradana dan Kustanti (2017) berdasarkan teori Weiss (1974). Skala ini memuat 44 item dengan skala Likert 4 poin, dari 1 sampai 4 (1=Sangat Tidak Setuju, 4=Sangat Setuju), dan mencakup pernyataan di antaranya "Kehadiran saya dibutuhkan suami dalam keluarga" dan "Suami menyediakan waktu untuk saya

bercerita". Uji reliabilitas menunjukkan nilai *Cronbach's alpha* sebesar 0,976, yang mengindikasikan bahwa alat ukur memiliki konsistensi internal yang sangat baik dan termasuk dalam kriteria "Excellent". Validitas berbasis *response processes* melalui *cognitive interviews* menunjukkan bahwa ibu memahami item dan instruksi dengan baik.

Analisis Data

Pengujian hipotesis dilakukan untuk mengetahui apakah rasa syukur dan dukungan sosial suami memprediksi stres pengasuhan ibu dengan anak GSA secara negatif. Analisis data menggunakan SPSS diawali dengan analisis deskriptif (*mean*, standar deviasi, dan persentase), kemudian dilanjutkan dengan uji asumsi klasik (normalitas, linearitas, multikolinearitas, dan heteroskedastisitas), serta analisis inferensial melalui regresi linear berganda dengan pendekatan hierarkis. Pada tahap pertama, rasa syukur dan dukungan sosial suami dimasukkan sebagai prediktor utama, sedangkan pada tahap kedua ditambahkan variabel demografis (usia ibu, pendidikan, pekerjaan suami, pendapatan, dan domisili) sebagai kovariat. Selain itu, analisis korelasi Pearson dilakukan untuk menguji hubungan antarvariabel beserta dimensinya.

HASIL

Gambaran Umum Partisipan Penelitian

Analisis data demografis menunjukkan bahwa mayoritas partisipan berusia antara 27–60 tahun, dengan rata-rata usia 38,72 tahun ($M=38,72$). Rincian distribusi data disajikan pada Tabel 1.

Gambaran Umum Deskriptif Variabel Penelitian

Skor rasa syukur tergolong tinggi ($M=66,48$, $SD=7,54$), dengan skor rata-rata tertinggi pada aspek apresiasi terhadap pengalaman hidup konstan ($M=35,33$, $SD=5,07$). Skor dukungan sosial suami juga tergolong tinggi ($M=139,35$, $SD=21,27$), dengan dimensi tertinggi pada *social integration* ($M=25,94$, $SD=4,15$) dan terendah pada *reassurance of worth* ($M=21,53$, $SD=2,76$). Skor stres pengasuhan tergolong sedang ($M=39,72$, $SD=4,32$), dengan aspek negatif sebagai skor rata-rata tertinggi ($M=24,82$, $SD=4,04$). Hasil deskriptif disajikan pada Tabel 2.

Analisis Korelasional antar Variabel Beserta Aspek atau Dimensi

Stres pengasuhan berkorelasi negatif signifikan dengan rasa syukur ($r=-0,25$, $p<0,05$). Aspek rasa syukur, yaitu apresiasi terhadap pengalaman hidup konstan, juga berkorelasi negatif signifikan dengan stres pengasuhan ($r=-0,25$, $p<0,05$). Namun, aspek apresiasi terhadap berbagai aspek kehidupan tidak berkorelasi signifikan dengan stres pengasuhan ($r=-0,18$, $p>0,05$). Dukungan sosial suami juga berkorelasi negatif signifikan dengan stres pengasuhan ($r=-0,34$, $p<0,01$). Setiap dimensi dukungan sosial suami berkorelasi negatif signifikan dengan stres pengasuhan, dengan korelasi tertinggi pada dimensi *guidance* ($r=-0,37$, $p<0,01$). Temuan ini memperkuat bahwa berbagai dimensi dukungan sosial suami berkontribusi dalam menurunkan stres pengasuhan. Hasil korelasi disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3 Hasil analisis korelasi antarvariabel penelitian dan aspek/dimensinya (n=103)
Table 3 Results of the correlation analysis among research variables and their aspects/dimensions (n=103)

Variabel	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1. Stres pengasuhan <i>Parenting stress</i>	-										
2. Rasa syukur <i>Gratitude</i>	-0,25*	-									
3. Apresiasi terhadap pengalaman hidup yang konstan <i>Appreciation of constant life experiences</i>	-0,25*	0,94**	-								
4. Apresiasi seseorang terhadap berbagai aspek kehidupan <i>Appreciation of various aspects of life</i>	-0,18	0,85**	0,61**	-							
5. Dukungan sosial suami <i>Husband's social support</i>	-0,34**	0,42**	0,42**	0,33**	-						
6. <i>Attachment</i>	-0,36**	0,47**	0,45**	0,38**	0,95**	-					
7. <i>Social integration</i>	-0,28**	0,40**	0,40**	0,30**	0,96**	0,92**	-				
8. <i>Opportunity for nurturance</i>	-0,25**	0,45**	0,44**	0,36**	0,87**	0,81**	0,81**	-			
9. <i>Reliable alliance</i>	-0,30**	0,31**	0,31**	0,24**	0,96**	0,88**	0,90**	0,80**	-		
10. <i>Guidance</i>	-0,37**	0,35**	0,36**	0,26**	0,94**	0,87**	0,88**	0,76**	0,90**	-	
11. <i>Reassurance of worth</i>	-0,34**	0,41**	0,40**	0,33*	0,91**	0,85**	0,84**	0,77**	0,84**	0,83**	-

Keterangan [Note]: * $p<0,05$; ** $p<0,01$

Tabel 4 Hasil analisis regresi linear berganda terhadap stres pengasuhan (n=103)
Table 4 Results of multiple linear regression analysis on parenting stress (n=103)

Variabel	B	SE	β	t	p
Step 1: Rasa syukur dan dukungan sosial suami					
<i>Step 1: Gratitude and Husband's social support</i>					
Rasa syukur <i>Gratitude</i>	-0,072	0,059	-0,125	-1,220	0,225
Dukungan sosial suami <i>Husband's social support</i>	-0,059	0,021	-0,290	-2,817*	0,006
Step 2: Kovariat demografis ditambahkan					
<i>Step 2: Demographic covariates added</i>					
Rasa syukur <i>Gratitude</i>	-0,087	0,062	-0,152	-1,402	0,164
Dukungan sosial suami <i>Husband's social support</i>	-0,061	0,022	-0,302	-2,811*	0,006
Usia ibu <i>Mother's age</i>	0,347	0,873	0,040	0,398	0,692
Tingkat pendidikan ibu <i>Mother's educational level</i>	0,397	0,411	0,108	0,968	0,336
Pekerjaan suami <i>Husband's occupation</i>	0,047	0,253	0,019	0,187	0,852
Pemasukan keluarga per bulan <i>Monthly family income</i>	0,467	0,794	0,074	0,588	0,558
Domisili <i>Domicile</i>	-0,130	0,934	-0,015	-0,139	0,889

Keterangan [Note]: SE=Standard Error; $R^2=0,130$; *adjusted R*²=0,113 (Step 1); $R^2=0,155$; *adjusted R*²=0,092 (Step 2); $p<0,05^*$

Uji Hipotesis Analisis Regresi Berganda

Uji asumsi klasik menunjukkan bahwa semua asumsi terpenuhi, sehingga analisis regresi linear berganda dapat dilakukan. Pada tahap pertama, rasa syukur dan dukungan sosial suami dimasukkan sebagai prediktor utama. Hasil analisis menunjukkan bahwa model regresi signifikan secara simultan ($F=7,479$, $p=0,001$), dengan *adjusted R*²=0,113. Artinya, kedua variabel secara bersama-sama menjelaskan 11,3 persen variasi stres pengasuhan. Secara parsial, hanya dukungan sosial suami yang berpengaruh negatif signifikan ($p<0,05$). Pada tahap kedua, variabel demografis (usia ibu, pendidikan, pekerjaan suami, pemasukan keluarga, dan domisili) ditambahkan. Namun, penambahan ini tidak meningkatkan kekuatan model secara signifikan ($\Delta R^2=0,024$, $p=0,738$), dan tidak ada kovariat yang berpengaruh signifikan secara parsial. Dengan demikian, model tahap pertama tetap menjadi model terbaik dalam memprediksi stres pengasuhan (Tabel 4).

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk menguji apakah rasa syukur dan dukungan sosial suami

memprediksi stres pengasuhan pada ibu dengan anak GSA. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keduanya memprediksi stres pengasuhan secara negatif, tetapi hanya dukungan sosial suami yang berpengaruh signifikan secara parsial. Temuan ini menegaskan pentingnya faktor internal dan eksternal dalam mengurangi stres pengasuhan.

Ketika variabel demografis dimasukkan sebagai kovariat, model regresi tidak menunjukkan yang peningkatan signifikan. Nilai *Adjusted R*² justru menurun, dan tidak ada variabel demografis yang berpengaruh signifikan secara parsial terhadap stres pengasuhan. Temuan ini menegaskan bahwa stres pengasuhan lebih dipengaruhi oleh faktor psikologis dan kualitas dukungan sosial. Dukungan sosial suami berperan dalam membantu ibu menghadapi tantangan pengasuhan, sedangkan rasa syukur memperkuat ketahanan emosional dan kepuasan hidup (Lima *et al.*, 2016; Lin, 2015).

Rasa syukur dan dukungan sosial suami memiliki peran yang berbeda, tetapi saling melengkapi. Rasa syukur sebagai faktor internal dapat meminimalkan dampak stres pengasuhan dengan menumbuhkan pikiran positif, sedangkan dukungan sosial suami sebagai

faktor eksternal memberikan rasa kebersamaan, meringankan beban fisik maupun mental, serta meningkatkan kualitas hidup ibu (Wang *et al.*, 2022). Kombinasi keduanya menjadi sumber daya penting dalam menghadapi stres pengasuhan.

Studi sebelumnya menemukan bahwa ibu yang bersyukur kepada Tuhan dan menerima dukungan sosial suami yang baik melaporkan stres yang lebih rendah (Ati *et al.*, 2018). Rasa syukur memperkuat penerimaan dan makna hidup, sedangkan dukungan sosial suami meningkatkan kapasitas praktis dan emosional, termasuk empati, validasi, serta keterlibatan dalam pengasuhan (Choudhury & Chandel, 2022).

Dalam budaya kolektif seperti Indonesia, dukungan suami memegang peranan yang sangat penting. Budaya kolektif menekankan nilai kebersamaan, keterikatan, serta tanggung jawab kolektif (Triandis, 1995). Dukungan sosial suami berperan dalam mengurangi stres pengasuhan, meningkatkan kesejahteraan psikologis, serta memberikan rasa aman dan dihargai (Pradana & Kustanti, 2017; Riany & Ihsana, 2021). Dalam budaya kolektif, dukungan pasangan dan keluarga inti menjadi sumber utama yang diharapkan (Kim *et al.*, 2008). Oleh karena itu, keterlibatan suami tidak hanya memberikan bantuan praktis, tetapi juga memperkuat ketahanan emosional ibu melalui solidaritas dalam pengasuhan anak GSA.

Studi ini menunjukkan bahwa rasa syukur tidak berpengaruh signifikan secara parsial, meskipun tetap berkorelasi negatif dengan stres pengasuhan. Dalam konteks pengasuhan anak GSA yang penuh tantangan, dukungan suami terbukti lebih berpengaruh dalam menurunkan stres (Jose *et al.*, 2021). Rasa syukur yang bersifat internal cenderung kurang efektif ketika dihadapkan pada stresor eksternal yang berat. Studi sebelumnya menemukan bahwa meskipun ibu mampu melihat sisi positif, tekanan tinggi dan minimnya dukungan tetap membebani kemampuan koping mereka (Whelan *et al.*, 2025). Tanpa dukungan eksternal yang memadai, rasa syukur cenderung menjadi koping pasif, meskipun tetap berpotensi meningkatkan kesejahteraan psikologis (Lin, 2016).

Rasa syukur juga berkaitan dengan nilai religius dan spiritual yang kuat dalam budaya Indonesia. Individu diajarkan untuk tetap bersyukur dalam segala kondisi, termasuk ketika menghadapi tekanan psikologis (Daulay, 2018). Dalam konteks ini, rasa syukur tidak serta-merta

menghilangkan stres, tetapi dapat hadir bersama dengannya. Ibu bisa tetap bersyukur meskipun merasakan stres dalam pengasuhan anak GSA. Sebaliknya, dukungan sosial suami berpengaruh signifikan karena bersifat konkret dan responsif terhadap situasi; ketika dukungan tersedia, stres pengasuhan menurun, tetapi meningkat saat dukungan tidak ada (Purnomo & Kristiana, 2016).

Analisis deskriptif menunjukkan bahwa rasa syukur ibu tergolong tinggi, terutama pada aspek apresiasi terhadap pengalaman hidup yang konstan. Hal ini mencerminkan kemampuan ibu untuk tetap menghargai hidup meskipun menghadapi tantangan dalam pengasuhan anak GSA. Watkins (2014) menegaskan bahwa rasa syukur dapat muncul tidak hanya dalam situasi menyenangkan, tetapi juga ketika menghadapi peristiwa sulit.

Rasa syukur ditemukan berkorelasi negatif signifikan dengan stres pengasuhan berdasarkan kriteria korelasi Dancey dan Reidy (2017), terutama pada aspek apresiasi terhadap pengalaman hidup konstan. Artinya, semakin tinggi rasa syukur ibu, semakin rendah tingkat stres pengasuhan yang dialami. Namun, secara parsial rasa syukur tidak signifikan, kemungkinan karena perannya bersifat tidak langsung, misalnya melalui ketahanan psikologis, kemampuan meminta dukungan, serta pengaruh budaya. Dalam budaya Indonesia yang menekankan religiositas dan penerimaan, rasa syukur berfungsi sebagai mekanisme adaptif internal, tetapi tidak selalu memadai tanpa dukungan eksternal. Penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa rasa syukur meningkatkan kesejahteraan psikologis, meskipun pengaruhnya terhadap stres bersifat kontekstual (Al-Zyadaat, 2019; Wood *et al.*, 2009).

Sebaliknya, dukungan sosial suami menunjukkan hubungan yang lebih konsisten dan signifikan dengan stres pengasuhan. Dimensi *social integration* memperoleh skor tertinggi, yang mencerminkan keterlibatan dan kerja sama suami dalam pengasuhan. Sementara itu, dimensi *reassurance of worth* berada pada skor terendah, menandakan masih kurangnya pengakuan terhadap peran ibu. Temuan ini sejalan dengan Wasay dan Khan (2023) yang menegaskan pentingnya dukungan pasangan dalam mengelola stres dan menjaga keharmonisan keluarga. Rendahnya pengakuan terhadap peran ibu juga diperkuat oleh Liu dan Fisher (2023), yang menyebutkan bahwa ibu sering kali tidak dihargai, bahkan disalahkan atas perilaku anak GSA oleh keluarga, termasuk

suami, maupun lingkungan. Seluruh dimensi dukungan sosial suami terbukti berkorelasi negatif signifikan dengan stres pengasuhan, sehingga menegaskan pentingnya peran aktif suami dalam berbagai dimensi.

Stres pengasuhan ibu dalam studi ini tergolong sedang, dengan skor pada aspek negatif lebih tinggi dibanding aspek positif. Kondisi ini mengindikasikan bahwa ibu lebih banyak merasakan beban daripada kepuasan dalam menjalani pengasuhan (Berry & Jones, 1995). Faktor eksternal lain yang tidak diukur, seperti beban ekonomi, tingkat keparahan, atau stigma sosial, juga kemungkinan berkontribusi pada stres yang dialami (Batool & Khurshid, 2015; Demirpençe Seçinti *et al.*, 2024; Sim *et al.*, 2017).

Secara keseluruhan, temuan ini menggarisbawahi pentingnya dukungan sosial suami dalam menurunkan stres pengasuhan pada ibu dengan anak GSA. Rasa syukur tetap berperan sebagai pelindung internal dan lebih optimal apabila dikombinasikan dengan dukungan suami. Jika tidak ditangani, stres pengasuhan dapat berdampak negatif pada ibu maupun perkembangan anak. Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Sebagian besar partisipan tidak mengetahui informasi rinci mengenai diagnosis anak, sehingga menghambat analisis terhadap stres ibu. Selain itu, partisipan direkrut dari SLB dan pusat terapi tertentu, sehingga temuan perlu digeneralisasi dengan hati-hati.

SIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini menemukan bahwa rasa syukur dan dukungan sosial suami memprediksi stres pengasuhan secara negatif pada ibu dengan anak GSA. Namun, secara parsial hanya dukungan sosial suami yang berpengaruh signifikan. Temuan ini menunjukkan bahwa dukungan eksternal lebih berdampak dalam pengasuhan yang kompleks. Sementara itu, rasa syukur kemungkinan berperan secara tidak langsung atau dipengaruhi oleh faktor budaya.

Penelitian ini berkontribusi dalam memahami peran faktor internal dan eksternal dalam menurunkan stres pengasuhan. Keterlibatan suami perlu ditingkatkan melalui intervensi seperti psikoedukasi, pelatihan komunikasi, dan pengasuhan bersama. Studi lanjutan disarankan bekerja sama dengan tenaga profesional untuk mengukur keparahan GSA secara objektif. Studi selanjutnya juga sebaiknya melibatkan partisipan dari berbagai latar belakang. Selain itu, penggunaan pendekatan longitudinal dapat

menangkap dinamika stres pengasuhan secara lebih mendalam.

DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, R. R. (1992). The determinants of parenting behavior. *Journal of Clinical Child Psychology*, 21(4), 407–412. https://doi.org/10.1207/s15374424jccp2104_12
- Acharya, S., & Sharma, K. (2021). Lived experiences of mothers raising children with autism in Chitwan District, Nepal. *Autism Research and Treatment*, 2021, 1–12. <https://doi.org/10.1155/2021/6614490>
- Adams, D., Paynter, J., Clark, M., Roberts, J., & Keen, D. (2019). The Developmental Behaviour Checklist (DBC) profile in young children on the autism spectrum: The impact of child and family factors. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 49(8), 3426–3439. <https://doi.org/10.1007/s10803-019-04067-0>
- Akmalia, N., & Febriani, A. (2021). Parenting stress pada ibu yang bekerja: Peran self compassion dan dukungan sosial. *Jurnal Ilmu Perilaku*, 5(2), 111–122. <https://doi.org/10.25077/jip.5.2.111-122.2021>
- Al-Farsi, O. A., Al-Farsi, Y. M., Al-Sharbaty, M. M., & Al-Adawi, S. (2016). Stress, anxiety, and depression among parents of children with autism spectrum disorder in Oman: A case-control study. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*, 12, 1943–1951. <https://doi.org/10.2147/ndt.s107103>
- Al-Zyadaat, M. A. (2019). Gratitude level and its relationship to psychological stress and adjustment to university life among first year Jordanian university students. *Mu'tah for Research and Studies: Humanities and Social Sciences Series*, 35(4), 209–246.
- Amalia, R. P., Abidin, F. A., & Lubis, F. Y. (2022). Stres pengasuhan, penilaian ibu terhadap Covid-19, dan pengasuhan suportif. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*, 15(1), 51–62. <https://doi.org/10.24156/jikk.2022.15.1.51>
- American Psychiatric Association. (2022). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: Fifth edition text revision DSM-5-TR* (Fifth). American Psychiatric Association Publishing. <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425787>

- Andriani, R., & Sumargi, A. M. (2019). Hubungan antara kebersyukuran (gratitude) dengan stres pada ibu yang memiliki anak dengan gangguan spektrum autisme. *Jurnal Experientia*, 7(2), 26–32. <https://doi.org/10.1111/J.14676494.1992.TB00970.X>
- Ati, M. R. S., Matulesy, A., & Farid, M. (2018). The relationship between gratitude and social support with the stress of parents who have children in special needs. *Journal of Child Development Studies*, 3(1), 44–58. <https://doi.org/10.29244/jcnds.3.1.44-58>
- Balasco, L., Provenzano, G., & Bozzi, Y. (2020). Sensory abnormalities in autism spectrum disorders: A focus on the tactile domain, from genetic mouse models to the clinic. *Frontiers in Psychiatry*, 10(January), 1–17. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2019.01016>
- Batool, S. S., & Khurshid, S. (2015). Factors associated with stress among parents of children with autism. *Journal of the College of Physicians and Surgeons Pakistan*, 25(10), 752–756. <https://doi.org/10.2015/JCPSP.752756>
- Berry, J. O., & Jones, W. H. (1995). The parental stress scale: Initial psychometric evidence. *Journal of Social and Personal Relationships*, 12(3), 463–472. <https://doi.org/10.1177/0265407595123009>
- Bonis, S. (2016). Stress and parents of children with autism: A review of literature. *Issues in Mental Health Nursing*, 37(3), 153–163. <https://doi.org/10.3109/01612840.2015.1116030>
- Chen, X., Tong, J., Jiang, B., Ma, S., Wang, X., Sun, X., Liu, Y., Yan, D., & Wang, L. (2023). Courtesy stigma among primary caregivers of children with autism spectrum disorder in eastern China. *Frontiers in Psychiatry*, 14, 1–10. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2023.1236025>
- Choudhury, M., & Chandel, P. (2022). Impact of husband's social support for mothers of children with autism in India. *International Journal of Health Sciences*, 6(S1), 8139–8151. <https://doi.org/10.53730/ijhs.v6nS1.6745>
- Clauser, P., Ding, Y., Chen, E. C., Cho, S. J., Wang, C., & Hwang, J. (2021). Parenting styles, parenting stress, and behavioral outcomes in children with autism. *School Psychology International*, 42(1), 33–56. <https://doi.org/10.1177/0143034320971675>
- Craig, F., Operto, F. F., De Giacomo, A., Margari, L., Frolli, A., Conson, M., Ivagnes, S., Monaco, M., & Margari, F. (2016). Parenting stress among parents of children with neurodevelopmental disorders. *Psychiatry Research*, 242, 121–129. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2016.05.016>
- Dancey, C., & Reidy, J. (2017). *Statistics without maths for psychology*. Pearson Education.
- Daulay, N. (2018). Parenting stress of mothers in children with autism spectrum disorder: A review of the culture in Indonesia. *KnE Social Sciences*, 3(5), 453–473. <https://doi.org/10.18502/kss.v3i5.2349>
- Demirpençe Seçinti, D., Diş, D., Albayrak, Z. S., & Şen, E. (2024). Depression and parental distress among caregivers of autistic children: A serial mediator analysis in caregivers of autistic children. *BMC Psychology*, 12(1), 1–9. <https://doi.org/10.1186/s40359-024-01704-x>
- Derguy, C., M'Bailara, K., Michel, G., Roux, S., & Bouvard, M. (2016). The need for an ecological approach to parental stress in autism spectrum disorders: The combined role of individual and environmental factors. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 46(6), 1895–1905. <https://doi.org/10.1007/s10803-016-2719-3>
- Desiningrum, D. R., Suminar, D. R., Surjaningrum, E. R., Suryanto, & Hendriani, W. (2021). Husband's social support for mother of children with autism spectrum disorder. *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families*, 1–7. <https://doi.org/10.1177/10664807211005086>
- Dewi, S., & Morawati, S. (2024). Gangguan autis pada anak. *Scientific Journal*, 3(6), 404–417. <https://doi.org/10.56260/sciena.v3i6.177>
- Dong, L., Fan, R., Shen, B., Bo, J., Pang, Y., & Song, Y. (2024). A comparative study on fundamental movement skills among children with autism spectrum disorder and typically developing children aged 7–10. *Frontiers in Psychology*, 15(March), 1–8. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1287752>
- Drogomyretska, K., Fox, R., & Colbert, D. (2020). Brief report: Stress and perceived social support in parents of children with ASD. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 50, 4176–4182. <https://doi.org/10.1007/s10803-020-04455->

x

- Emmons, R. A., & McCullough, M. E. (2003). Counting blessings versus burdens: An experimental investigation of gratitude and subjective well-being in daily life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(2), 377–389. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.84.2.377>
- Estes, A., Munson, J., Dawson, G., Koehler, E., Zhou, X.-H., & Abbott, R. (2009). Parenting stress and psychological functioning among mothers of preschool children with autism and developmental delay. *Autism*, 13(4), 375–384. <https://doi.org/10.1177/1362361309105658>
- Fernando, F. (2021). Bimbingan dan layanan terapi pada anak autis. *Qalam: Jurnal Pendidikan Islam*, 2(1), 59–69. <https://doi.org/10.57210/qlm.v2i1.55>
- Fletcher, P. C., Markoulakis, R., & Bryden, P. J. (2012). The costs of caring for a child with an autism spectrum disorder. *Issues in Comprehensive Child and Adolescent Nursing*, 35(1), 45–69. <https://doi.org/10.3109/01460862.2012.645407>
- Folkman, S., & Moskowitz, J. T. (2000). Positive affect and the other side of coping. *American Psychologist*, 55(6), 647–654. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.6.647>
- George, D., & Mallery, P. (2003). *SPSS for windows step by step: A simple guide and reference. 11.0 update* (4th ed.). Allyn & Bacon.
- Ghanouni, P., Jarus, T., Zwicker, J. G., Lucyshyn, J., Chauhan, S., & Moir, C. (2019). Perceived barriers and existing challenges in participation of children with autism spectrum disorders: “He did not understand and no one else seemed to understand him.” *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 49, 3136–3145. <https://doi.org/10.1007/s10803-019-04036-7>
- Glazzard, J., Jane, S., Alison, H., Annette, N., & Lesley, N. (2016). *Asih asah asuh: Anak berkebutuhan khusus di sekolah*. PT. Kanisius.
- Gong, Y., Du, Y., Li, H. L., Zhang, X. Y., An, Y., & Wu, B. L. (2015). Parenting stress and affective symptoms in parents of autistic children. *Science China Life Sciences*, 58(10), 1036–1043. <https://doi.org/10.1007/s11427-012-4293-z>
- Grimaldy, D. V., & Haryanto, H. C. (2020). Adaptation of Gratitude Questionnaire-6 (GQ-6) in Indonesian context. *Jurnal Psikologi*, 47(1), 18–29. <https://doi.org/10.22146/jpsi.39608>
- Herawati, T., Zubairi, B. K., Musthofa, M., & Tyas, F. P. S. (2018). Dukungan sosial, interaksi keluarga, dan kualitas perkawinan pada keluarga suami istri bekerja. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*, 11(1), 1–12. <https://doi.org/10.24156/jikk.2018.11.1.1>
- Jang, M., Brown, R., & Park, M. (2021). Mediating effect of the parent-child relationship on the association between parenting stress and children’s eating behaviors. *BMC Public Health*, 21, 1–10. <https://doi.org/10.1186/s12889-021-12052-5>
- Jose, P., Sundaram, S., & Varma, R. P. (2021). Buffering effect of spousal support on stress levels in mothers of children with a diagnosis of autism spectrum disorder in Kerala, India. *Journal of Neurosciences in Rural Practice*, 12(3), 535–542. <https://doi.org/10.1055/s-0041-1727559>
- Kim, H. S., Sherman, D. K., & Taylor, S. E. (2008). Culture and social support. *American Psychologist*, 63(6), 518–526. <https://doi.org/10.1037/0003-066X>
- Kimura, M., & Yamazaki, Y. (2015). Physical punishment, mental health and sense of coherence among parents of children with intellectual disability in Japan. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities: JARID*, 29(5), 455–467. <https://doi.org/10.1111/jar.12198>
- Kristiana, I. F., Hyoschamina, D. E., & Fatimah, N. (2018). The effect of gratitude on parental stress among mothers’ of early children. *Journal of Education and Learning (EduLearn)*, 12(4), 610–616. <https://doi.org/10.11591/edulearn.v12i4.7248>
- Kuo, S. S., Van Der Merwe, C., Fu, J. M., Carey, C. E., Talkowski, M. E., Bishop, S. L., & Robinson, E. B. (2022). Developmental variability in autism across 17000 autistic individuals and 4000 siblings without an autism diagnosis: Comparisons by cohort, intellectual disability, genetic etiology, and age at diagnosis. *JAMA Pediatrics*, 176(9), 915–923. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2022.2423>
- Kurniadi, G., Atmodiwirjo, E. T., & Soetikno, N. (2019). Hubungan antara harapan dan

- stres orang tua yang memiliki anak dengan autisme. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 3(2), 358–366. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v3i2.3860>
- Ladapase, E. M., & Nancy, M. N. (2024). Analysis study to gratitude and parenting stress on parents of children with special needs. *G-COUNS: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 8(2), 969–975. <https://doi.org/10.31316/gcouns.v8i2.5932>
- Lima, M. B. S., Dos Santos Cardoso, V., & Da Costa Silva, S. S. (2016). Parental stress and social support of caregivers of children with cerebral palsy. *Paideia*, 26(64), 207–214. <https://doi.org/10.1590/1982-43272664201608>
- Lin, C. C. (2015). Impact of gratitude on resource development and emotional well-being. *Social Behavior and Personality*, 43(3), 493–504. <https://doi.org/10.2224/sbp.2015.43.3.493>
- Lin, C. C. (2016). The roles of social support and coping style in the relationship between gratitude and well-being. *Personality and Individual Differences*, 89, 13–18. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.09.032>
- Liu, Y., & Fisher, K. R. (2023). Struggle for recognition, rights, and redistribution: Understanding the identity of parents of children with autism spectrum disorder in China. *Frontiers in Psychology*, 13(January), 1–13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.981986>
- Maenner, M. J., Warren, Z., Williams, A. R., Amoakohene, E., Bakian, A. V., Bilder, D. A., Durkin, M. S., Fitzgerald, R. T., Furnier, S. M., Hughes, M. M., Ladd-Acosta, C. M., McArthur, D., Pas, E. T., Salinas, A., Vehorn, A., Williams, S., Esler, A., Grzybowski, A., Hall-Lande, J., ... Shaw, K. A. (2023). Prevalence and characteristics of autism spectrum disorder among children aged 8 years—autism and developmental disabilities monitoring network, 11 sites, United States, 2020. *MMWR Surveill Summ*, 72(2), 1–14. <https://doi.org/10.15585/mmwr.ss7202a1>
- Mawarpury, M., Setya Ningsih, D., & Rezeki, S. (2023). The role of gratitude on stress and psychological wellbeing among parent of children with cancer in Aceh. *INSPIRA: Indonesian Journal of Psychological Research*, 4(1), 77–84. <https://doi.org/10.32505/inspira.v4i1.5376>
- McCullough, M. E., Emmons, R. A., & Tsang, J. A. (2002). The grateful disposition: A conceptual and empirical topography. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(1), 112–127. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.1.112>
- Miranda, A., Mira, A., Berenguer, C., Rosello, B., & Baixauli, I. (2019). Parenting stress in mothers of children with autism without intellectual disability. Mediation of behavioral problems and coping strategies. *Frontiers in Psychology*, 10(464), 1–12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00464>
- Noor, A. M., & Aslamawati, Y. (2021). Hubungan parenting self-efficacy dengan parenting stress pada ibu dengan anak tunagrahita (pengasuhan di masa pandemi covid-19). *Prosiding Psikologi*, 640–646. <https://doi.org/10.29313/V0I0.28527>
- Nuha, F. A., Putri, A. M., & Triswanti, N. (2020). Hubungan antara karakteristik orang tua dengan stres pengasuhan pada orang tua anak gangguan spektrum autisme. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 2(2), 36–47. <https://doi.org/10.33024/jpm.v2i2.2953>
- Papadopoulos, D. (2021). Mothers' experiences and challenges raising a child with autism spectrum disorder: A qualitative study. *Brain Sciences*, 11(309), 1–16. <https://doi.org/10.3390/brainsci11030309>
- Pastor-Cerezuela, G., Fernández-Andrés, M. I., Pérez-Molina, D., & Tijeras-Iborra, A. (2021). Parental stress and resilience in autism spectrum disorder and down syndrome. *Journal of Family Issues*, 42(1), 3–26. <https://doi.org/10.1177/0192513X20910192>
- Phetrasuwan, S., & Shandor Miles, M. (2009). Parenting stress in mothers of children with autism spectrum disorders. *Journal for Specialists in Pediatric Nursing*, 14(3), 157–165. <https://doi.org/10.1111/j.1744-6155.2009.00188.x>
- Porter, N., & Loveland, K. A. (2018). An integrative review of parenting stress in mothers of children with autism in Japan. *International Journal of Disability, Development and Education*, 1–24. <https://doi.org/10.1080/1034912X.2018.1439159>
- Pradana, A. P., & Kustanti, E. R. (2017). Hubungan antara dukungan sosial suami dengan psychological well-being pada ibu yang memiliki anak autisme. *Jurnal Empati*, 6(2), 83–90. <https://doi.org/10.14710/empati.2017.1973>

- 4
- Purnomo, J. C., & Kristiana, I. F. (2016). Hubungan antara dukungan sosial suami dengan stres pengasuhan istri yang memiliki anak retardasi mental ringan dan sedang. *Jurnal Empati*, 5(3), 507–512. <https://doi.org/10.14710/empati.2016.15392>
- Ratnasari, K. A. (2017). Hubungan parenting stress, pengasuhan dan penyesuaian dalam keluarga terhadap perilaku kekerasan anak dalam rumah tangga. *Jurnal Manajemen Kesehatan Yayasan RS.Dr. Soetomo*, 3(1), 86–98. <https://doi.org/10.29241/jmk.v3i1.91>
- Rezendes, D. L., & Scarpa, A. (2011). Associations between parental anxiety/depression and child behavior problems related to autism spectrum disorders: The roles of parenting stress and parenting self-efficacy. *Autism Research and Treatment*, 2011(1), 1–10. <https://doi.org/10.1155/2011/395190>
- Riany, Y. E., & Ihsana, A. (2021). Parenting stress, social support, self-compassion, and parenting practices among mothers of children with ASD and ADHD. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 6(1), 47–60. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v6i1.6681>
- Rivas, G. R., Arruabarrena, I., & de Paúl, J. (2021). Parenting stress index-short form: Psychometric properties of the Spanish version in mothers of children aged 0 to 8 years. *Psychosocial Intervention*, 30(1), 27–34. <https://doi.org/10.5093/PI2020A14>
- Safaria, T. (2005). *Autisme: Pemahaman baru untuk hidup bermakna bagi orang tua*. Graha Ilmu.
- Salomone, E., Leadbitter, K., Aldred, C., Barrett, B., Byford, S., Charman, T., Howlin, P., Green, J., Le Couteur, A., McConachie, H., Parr, J. R., Pickles, A., Slonims, V., & PACT Consortium. (2018). The association between child and family characteristics and the mental health and wellbeing of caregivers of children with autism in mid-childhood. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 48(4), 1189–1198. <https://doi.org/10.1007/s10803-017-3392-x>
- Samuel, M., Bantu, E., & Nakalema, F. (2024). Understanding and addressing the impact of parental stress and stigma in raising children with Autism Spectrum Disorder (ASD) in low-resource settings. *IAA Journal of Biological Sciences*, 12(2), 56–60. <https://doi.org/10.59298/iaajb/2024/122.566011>
- Sarafino, E. P., Smith, T. W., King, D. B., & Longis, A. De. (2020). *Health psychology biopsychosocial interactions*. John Wiley & Sons Canada, Ltd.
- Scahill, L., Bearss, K., Lecavalier, L., Smith, T., Swiezy, N., Aman, M. G., Sukhodolsky, D. G., McCracken, C., Minshawi, N., Turner, K., Levato, L., Saulnier, C., Dziura, J., & Johnson, C. (2016). Effect of parent training on adaptive behavior in children with autism spectrum disorder and disruptive behavior: Results of a randomized trial. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 55(7), 602–609. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2016.05.001>
- Sim, A., Vaz, S., Cordier, R., Joosten, A., Parsons, D., Smith, C., & Falkmer, T. (2017). Factors associated with stress in families of children with autism spectrum disorder. *Developmental Neurorehabilitation*, 21(3), 1–11. <https://doi.org/10.1080/17518423.2017.1326185>
- Song, S.-M., Park, B., Lee, W. K., Park, N.-S., & Kim, M. N. (2022). Examining the relationship between social support, parenting stress, and depression in South Korean single mothers. *Journal of Child and Family Studies*, 31(5), 1232–1245. <https://doi.org/10.1007/s10826-021-02084-1>
- Stanojevic, N., Nenadovic, V., Fatic, S., & Stokic, M. (2017). Exploring factors of stress level in parents of children with autistic spectrum disorder. *Specijalna Edukacija i Rehabilitacija*, 16(4), 445–463. <https://doi.org/10.5937/specedreh16-13861>
- Su, W. C., Mutersbaugh, J., Huang, W. L., Bhat, A., & Gandjbakhche, A. (2024). Using deep learning to classify developmental differences in reaching and placing movements in children with and without autism spectrum disorder. *Scientific Reports*, 14(1), 1–11. <https://doi.org/10.1038/s41598-024-81652-z>
- Tim PPID Ditbalnak. (2024, November 13). *Kajian epidemiologis, anak dengan autisme di Indonesia*. <https://www.orangtuahebat.id/kajian-epidemiologis-anak-autisme/>

- Triandis, H. C. (1995). *Individualism and collectivism (new directions in social psychology)*. Taylor & Francis.
- Wahyu, P. N., Baihaqi, M., & Damaianti, L. F. (2023). Pengaruh dukungan sosial terhadap stres pada orang tua dengan anak tunagrahita yang dimoderasi oleh status sosial ekonomi di SLB-C Kota Bandung. *Jurnal Psikologi Insight*, 5(2), 183–192. <https://doi.org/10.17509/insight.v5i2.62802>
- Wang, R., Liu, Q., & Zhang, W. (2022). Coping, social support, and family quality of life for caregivers of individuals with autism: Meta-analytic structural equation modeling. *Personality and Individual Differences*, 186, 1–9. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.111351>
- Wasay, S., & Khan, M. A. (2023). Perceived stigma, social support, care giving burden and marital adjustment among mothers of children diagnosed with autism spectrum disorder. *Bahria Journal of Professional Psychology*, 22(1), 17–29.
- Watkins, P. C. (2014). *Gratitude and the good life: Toward a psychology of appreciation*. Springer. <https://doi.org/10.4324/9780203816943-3>
- Weiss, R. S. (1974). The provisions of social relationships. In Z. Rubin (Ed.), *Doing unto others* (pp. 17–26). Prentice Hall.
- Whelan, S., Caulfield, N., O'Doherty, S., Mannion, A., & Leader, G. (2025). Parental experiences of raising an autistic child in Ireland: A qualitative thematic analysis. *Autism*, 29(2), 395–407. <https://doi.org/10.1177/13623613241277040>
- Wood, A. M., Joseph, S., & Maltby, J. (2009). Gratitude predicts psychological well-being above the big five facets. *Personality and Individual Differences*, 46(4), 443–447. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2008.11.012>
- World Health Organization. (2023, November 15). *Autism*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/autism-spectrum-disorders>
- Yuniar, H. F., Suroso, S., & Farid, M. (2023). The effectiveness of gratitude training on reducing parenting stress in parents who have children with special needs. *International Journal of Research in Counseling*, 2(2), 15–24. <https://doi.org/10.55849/ijrc.v2i2.56>
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30–41. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201_2