

## REGULASI DIRI ORANG TUA DALAM PENGASUHAN ANAK *AUTISM SPECTRUM DISORDER* DI MASA PANDEMI

Rini Budi Setyowati & Weny Savitry Sembiring Pandia

Fakultas Psikologi Universitas Katholik Indonesia Atma Jaya Jakarta  
Korespondensi: rinidjatmiko88@gmail.com

---

### ABSTRACT

*Parenting of Autism Spectrum Disorder children has great challenges especially during the covid-19 pandemic due to reduced social support, increased parental duties, and the child behavior. Parental self-regulation is important because it affects positive parenting practices, which support the optimization of children's development. This study aims to understand the description of parental self-regulation in parents of Autism Spectrum Disorder children during the covid-19 pandemic. This research is descriptive explanatory design-mixed methods, included 120 parents of children with Autism Spectrum Disorder completed the "Me as a Parent" questionnaire, measured four parental self-regulation domains: self-efficacy, personal agency, self-management and self-sufficiency. Interviews are conducted on representatives of high, moderate, and low categories of participants to obtain qualitative data. The result shows that most of the participants have moderate category of parental self-regulation, approximately a quarter of the participants in the high category, and a small proportion in the low category. Descriptive data analysis showed that some of the participants had low parental self-regulation, which was supported by qualitative data. Based on the results, a training was designed that aims to improve parental self-regulation of parents with Autism Spectrum Disorder children, through developing domains with discussion and practice.*

**Keywords:** *Parental-Self Regulation, Autism Spectrum Disorder, pandemic*

### ABSTRAK

Pengasuhan pada anak *Autism Spectrum Disorder* memiliki tantangan yang besar, terutama di masa pandemi covid-19 karena berkurangnya dukungan sosial, bertambahnya tugas orang tua, serta memburuknya perilaku anak. Diperlukan regulasi diri dalam pengasuhan yang baik karena berpengaruh pada praktik pengasuhan yang positif serta mendukung optimalisasi perkembangan anak. Penelitian yang dilakukan bertujuan untuk memahami gambaran regulasi diri orang tua dalam pengasuhan anak *Autism Spectrum Disorder* di masa pandemi covid-19. Penelitian deskriptif dilakukan menggunakan *explanatory design-mixed methods*, melibatkan 120 orang tua dengan anak *Autism Spectrum Disorder*, dengan kuesioner "Me as a Parent" yang mengukur empat domain regulasi diri dalam pengasuhan yaitu *self-efficacy, personal agency, self-management* dan *self-sufficiency*. Hasil menunjukkan bahwa 84 partisipan memiliki regulasi diri dalam pengasuhan pada kategori sedang, 31 partisipan pada kategori tinggi, dan lima partisipan pada kategori rendah. Analisis data deskriptif menunjukkan sebagian partisipan memiliki domain regulasi diri dalam pengasuhan kategori rendah, yang didukung oleh data kualitatif. Data kualitatif diperoleh melalui wawancara pada tiga

perwakilan partisipan dengan kategori regulasi diri dalam pengasuhan tinggi, sedang, dan rendah. Berdasarkan hasil penelitian, dirancang sebuah pelatihan pengembangan regulasi diri dalam pengasuhan melalui pembahasan serta praktik pada setiap domain.

**Kata Kunci** : Regulasi Diri Dalam Pengasuhan, *Autism Spectrum Disorder*, pandemi

## PENDAHULUAN

Pengasuhan anak penyandang *Autism Spectrum Disorder* (ASD) memiliki tantangan yang lebih besar dibandingkan pengasuhan anak dengan perkembangan tipikal (Ventola, dkk., 2017), serta tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan pada orang tua anak berkebutuhan khusus yang lain (Rayan & Ahmad, 2017). Hal ini terkait dengan beban keuangan, tugas, serta waktu yang secara signifikan lebih besar pada keluarga ASD (Sastry & Aguirre, 2012). Di samping itu penelitian banyak melaporkan pengalaman negatif terkait dengan masalah sosial-emosional dan masalah kemandirian hidup pada anak ASD (Laura Schieve, dkk. dalam (Sastry & Aguirre, 2012) yang mendatangkan stres serta kelelahan pada orang tua (Abbeduto, dkk., dalam Sastry & Aguirre, 2012).

Pandemi covid-19 menambah tantangan dalam pengasuhan (Soetikno dkk., 2021). Hal ini terkait dengan meningkatnya perilaku bermasalah pada anak ASD (degli Espinosa dkk., 2020), misalnya kesulitan beradaptasi dengan perubahan rutinitas (di Renzo dkk., 2020), perubahan ritme makan dan tidur, peningkatan perilaku khas berulang dan agitasi, penurunan dalam perawatan diri (Hume, dkk., dalam di Renzo dkk., 2020), serta kesulitan untuk belajar di rumah (Thorell dkk., 2021). Di samping itu, di masa pandemi orang tua anak ASD kehilangan jaringan dukungan yang penting untuk perkembangan anak (Latzer dkk., 2021), sehingga mereka harus menjadi pengasuh sekaligus pendidik bagi anak ASD di rumah (Latzer dkk., 2021). Hal ini disertai kurangnya keterampilan untuk mengatasi situasi yang berubah secara drastis, serta adanya pekerjaan lain yang harus mereka kelola di rumah (Latzer dkk., 2021) dan tugas untuk mengejar ketertinggalan perkembangan anak (Crowell dkk., 2019)

Stres pengasuhan pada orang tua dengan anak ASD dapat mengurangi kemampuan dalam memecahkan masalah pengasuhan (Glidden, dalam Clauser dkk., 2021)). Karena kompleksnya pengasuhan pada anak ASD, orang tua perlu memiliki koordinasi antara keterampilan dalam fungsi eksekutif, kognitif, serta regulasi diri dalam pengasuhan (Karoly, dalam Sanders & Morawska, 2018). Regulasi diri dalam pengasuhan yang baik berhubungan dengan gaya dan perilaku pengasuhan yang positif, sehingga dapat mengoptimalkan perkembangan anak (Sanders dkk., 2019)

Regulasi diri dalam pengasuhan mengacu pada sejauh mana orang tua menganggap diri mereka memiliki kompetensi untuk memecahkan masalah pengasuhan secara mandiri, serta mengarahkan diri pada sebuah tujuan dengan beragam tantangan pengasuhan dari waktu ke waktu (Sanders & Mazzucchelli dalam Hamilton dkk., 2015). Regulasi diri dalam pengasuhan merupakan kemampuan orang tua untuk mengontrol pikiran, emosi, dan perilaku dalam pengasuhan (Sanders dkk., 2019), sebagai reaksi terhadap persepsi dan interpretasi mereka terhadap perilaku anak (Barros dkk., 2015). Hal ini sangat penting dalam situasi di mana terdapat tuntutan ekstra, misalnya adanya karakteristik khusus pada anak yaitu temperamen yang sulit, adanya masalah perkembangan, psikopatologi, penyakit kronis, serta adanya masalah sosial (Barros dkk., 2015).

Terdapat empat domain pada regulasi diri dalam pengasuhan (Sanders et al., 2019). Keempat domain tersebut yaitu *self-efficacy* (keyakinan akan kemampuan diri), *personal agency* (atribusi terhadap perubahan perilaku serta perkembangan anak), *self-management* (keterampilan untuk mengubah serta meningkatkan praktik pengasuhan), serta *self-sufficiency* (kemandirian dalam melaksanakan proses pengasuhan). Keempat domain tersebut berdampak pada kemampuan orang tua untuk memecahkan masalah dalam pengasuhan (*problem solving*).

Di luar masa pandemi, terdapat beberapa penelitian tentang regulasi diri dalam pengasuhan pada orang tua anak dengan perkembangan tipikal, namun demikian masih diperlukan hasil penelitian tentang regulasi diri dalam pengasuhan, khususnya pada orang tua anak penyandang ASD pada masa pandemi. Belum diketahui gambaran regulasi diri orang tua dalam pengasuhan anak ASD di masa pandemi. Berdasarkan pemaparan fenomena tersebut penelitian ini bertujuan memperoleh gambaran regulasi diri dalam pengasuhan pada orang tua anak ASD di masa pandemi covid-19.

Manfaat penelitian ini adalah memberikan data ilmiah dan empiris, mengenai gambaran regulasi diri dalam pengasuhan pada orang tua anak penyandang ASD di masa pandemi Covid-19. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan informasi bagi orang tua dengan anak ASD, pihak sekolah, maupun pihak lain yang terkait dengan pengasuhan serta pendidikan anak ASD, sehingga dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan dalam merancang program pengembangan regulasi diri pada orang tua untuk mengoptimalkan pengasuhan pada anak ASD.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini bersifat deskriptif dengan menggunakan *explanatory design-mixed methods*. Partisipan penelitian merupakan 120 orang tua anak penyandang *Autism Spectrum Disorder* dengan berbagai tingkat kebutuhan dukungan serta tingkat usia, yang tinggal di wilayah Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang dan Bekasi yang bersedia menjadi partisipan penelitian. Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data kuantitatif dilakukan dengan pengisian kuesioner "*Me as a Parent*" yang telah diadaptasi, terdiri dari 15 aitem ( $\alpha=0.875$ ), dan mengukur empat domain pada regulasi diri dalam pengasuhan, yaitu *self-efficacy*, *personal agency*, *self-management* serta *self-sufficiency*. Penggalan data kualitatif dilakukan dengan wawancara pada tiga perwakilan partisipan kategori regulasi diri dalam pengasuhan tinggi, sedang, dan rendah. Teknik analisis data kuantitatif menggunakan teknik analisis deskriptif, sedangkan teknik analisis data kualitatif menggunakan cara reduksi data, *display* data, dan pembuatan kesimpulan.

Persiapan penelitian meliputi wawancara dengan empat orang tua anak ASD dengan berbagai tingkat kebutuhan dukungan serta usia untuk menggali fenomena yang dialami orang tua pada saat ini, yang mengerucut pada kebutuhan untuk memiliki sikap serta perilaku yang positif dalam pengasuhan. Peneliti mencari literatur untuk menjelaskan fenomena tersebut yang kemudian mengerucut pada regulasi diri dalam pengasuhan, dan mencari alat ukur penelitian serta meminta izin penggunaan alat ukur tersebut. Pelaksanaan penelitian dimulai pada saat peneliti menghubungi orang tua yang memiliki anak penyandang ASD, serta institusi yang berkaitan dengan anak penyandang ASD untuk mendapatkan partisipan penelitian, dan menjelaskan tujuan dari penelitian serta proses pengambilan data yang akan dilakukan. Kemudian peneliti membangun *rapport* serta meminta kesediaan partisipan yang sesuai dengan kriteria. Peneliti kemudian memberikan kuesioner untuk diisi oleh partisipan penelitian. Setelah menganalisis data kuantitatif, peneliti menggali data kualitatif dengan

melakukan wawancara kepada perwakilan partisipan dengan regulasi diri dalam pengasuhan kategori tinggi, sedang, dan rendah.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Tabel 1. Jumlah partisipan berdasarkan karakteristik demografis

<b>Karakteristik demografis</b>	<b>Frekuensi (f)</b>	<b>Persentase (%)</b>
<b>Jenis kelamin (n=120)</b>		
Perempuan	95	79,2
Laki-laki	25	20,8
<b>Total</b>		<b>100</b>
<b>Usia (n=120)</b>		
20-30	7	5,8
30-40 tahun	51	42,5
40-50	46	38,3
Di atas 50 tahun	16	13,3
<b>Total</b>		<b>100</b>
<b>Pendidikan (n=120)</b>		
SD-SMP	6	5,0
SMA	29	24,2
Sarjana	67	55,8
Lain-lain (pasca sarjana)	7	5,8
<b>Total</b>		<b>100</b>
<b>Pekerjaan (n=120)</b>		
Ibu rumah tangga	59	49,2
Aparatur Sipil Negara (ASN)	10	8,3
Wirausaha	15	12,5
Pegawai swasta	31	25,8
<b>Total</b>		<b>100</b>
<b>Penghasilan per bulan (n=120)</b>		
<i>Missing</i> (tidak mengisi)	3	3,3
< 5 juta / bulan	29	24,2
5 juta – 10 juta / bulan	27	22,5
10 juta – 20 juta / bulan	29	24,2
> 20 juta/ bulan	31	25,8
<b>Total</b>		<b>100</b>
<b>Tingkat kebutuhan dukungan ASD (n=120)</b>		
Ringan	36	30,0
Sedang	70	58,3
Berat	9	7,5
Lain-lain (tidak tahu)	5	4,2
<b>Total</b>		<b>100</b>
<b>Bantuan pengasuhan (n=120)</b>		
Dibantu pihak lain (pengasuh, kerabat)	87	71,7
Tanpa bantuan	28	23,3
<b>Total</b>		<b>100</b>

Berdasarkan karakteristik demografis, hasil menunjukkan 79,2% partisipan berjenis kelamin perempuan dan 20,8% laki-laki. Berdasarkan usia hasil menunjukkan 5,8% berusia sekitar 20-30 tahun, 42,5% berusia 30-40 tahun, 38,3% berusia 40-50 tahun, dan 13,3% berusia lebih dari 50 tahun. Berdasarkan pendidikan hasil menunjukkan 5,0% partisipan berpendidikan SD-SMP, 24,2% SMA, 55,8% sarjana, dan 5,8% pasca sarjana. Berdasarkan pekerjaan, hasil menunjukkan 49,2% partisipan memiliki pekerjaan sebagai ibu rumah tangga, 8,3% sebagai aparatur sipil negara, 12,5% sebagai wirausahawan, dan 25,8% sebagai pegawai swasta. Berdasarkan penghasilan tiap bulan, hasil menunjukkan 24,2% partisipan memiliki penghasilan kurang dari 5 juta, 22,5% antara 5-10 juta, 24,2% antara 10-20 juta, 25,8% lebih dari 20 juta tiap bulan, dan 3,3% tidak menuliskan jumlah penghasilannya. Berdasarkan tingkat kebutuhan dukungan, didapatkan hasil 30,0% partisipan memiliki memiliki anak ASD dengan tingkat kebutuhan dukungan ringan, 58,3% partisipan dengan tingkat kebutuhan dukungan sedang, 7,5% dengan tingkat kebutuhan dukungan berat, dan 4,2% partisipan tidak mengetahui tingkat kebutuhan dukungan pada anak ASD yang dimilikinya. Berdasarkan bantuan yang diterima, hasil menunjukkan 71,7% partisipan dibantu oleh pihak lain (asisten, pengasuh anak, atau kerabat), dan 23,3% tanpa bantuan pihak lain dalam proses pengasuhan.

Tabel 2. Jumlah partisipan berdasarkan kategori regulasi diri dalam pengasuhan

<b>Kategori</b>	<b>Range</b>	<b>Frekuensi (f)</b>	<b>Persentase</b>
Rendah	15 - 34	5	4,2 %
Sedang	35 - 54	84	70,0 %
Tinggi	≥55	31	25,8 %
<b>Total</b>		<b>120</b>	<b>100 %</b>

Tabel 3. Jumlah partisipan berdasarkan kategori domain *self-efficacy*

<b>Kategori</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase</b>
Rendah	8	6,7 %
Sedang	63	52,5 %
Tinggi	49	40,8 %
<b>Total</b>	<b>120</b>	<b>100 %</b>

Tabel 4

Jumlah partisipan berdasarkan kategori domain *self-sufficiency*

<b>Kategori</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase</b>
Rendah	17	14,2 %
Sedang	65	54,2 %
Tinggi	38	31,7 %
<b>Total</b>	<b>120</b>	<b>100 %</b>

Tabel 5. Jumlah partisipan berdasarkan kategori domain *self-management*

Kategori	Frekuensi	Persentase
Rendah	16	13,3 %
Sedang	71	59,2 %
Tinggi	33	27,5 %
Total	<b>120</b>	<b>100 %</b>

Tabel 6. Jumlah partisipan berdasarkan kategori domain *personal agency*

Kategori	Frekuensi	Persentase
Rendah	11	13,3 %
Sedang	77	64,2 %
Tinggi	32	26,7 %
Total	<b>120</b>	<b>100 %</b>

Berdasarkan statistik deskriptif, didapatkan hasil 70,0% partisipan memiliki regulasi diri dalam pengasuhan pada kategori sedang, 25,8% partisipan pada kategori tinggi, dan 4,2% pada kategori rendah. Berdasarkan statistik deskriptif diperoleh hasil sebagian besar partisipan berada pada kategori sedang pada domain regulasi diri dalam pengasuhan, baik pada domain *self-efficacy*, *personal agency*, *self-management*, serta *self-sufficiency*. Kurang lebih seperempat dari jumlah partisipan berada pada kategori tinggi pada domain regulasi diri dalam pengasuhan, baik pada domain *self-efficacy*, *personal agency*, *self-management*, serta *self-sufficiency*. Sebagian kecil dari partisipan pada kategori rendah pada domain regulasi diri dalam pengasuhan, baik pada domain *self-efficacy*, *personal agency*, *self-management*, serta *self-sufficiency*.

Tabel 7. Tabel hasil uji beda non parametric

Kruskal Wallis	
Regulasi Diri Dalam Pengasuhan berdasarkan penghasilan (10 juta -20 juta) dan lebih dari 20 juta / bulan	<b>Significancy 0,011 atau lebih kecil dari 0,05</b>

Tabel 8. Tabel hasil uji beda non parametric

Kruskal Wallis	
Regulasi Diri Dalam Pengasuhan berdasarkan tingkat kebutuhan dukungan pada anak ASD tingkat sedang dan berat	<b>Significancy 0,036 atau lebih kecil dari 0,05</b>

Berdasarkan uji statistik non parametrik, didapatkan nilai *significancy* 0,011 atau lebih kecil dari 0,05 yang berarti terdapat perbedaan regulasi diri orang tua dalam pengasuhan, pada partisipan yang memiliki penghasilan antara 10.000.000 – 20.000.000 Rupiah per bulan, dengan partisipan yang memiliki penghasilan lebih dari 20.000.000 Rupiah per bulan. Demikian juga didapatkan nilai *significancy* 0,036 atau lebih kecil dari 0,05, yang berarti terdapat perbedaan regulasi diri orang tua dalam pengasuhan pada partisipan yang memiliki anak dengan kondisi ASD berat dengan partisipan yang memiliki anak ASD kondisi ASD

sedang. Namun demikian tidak didapatkan perbedaan skor regulasi diri dalam pengasuhan terkait dengan karakteristik demografis yang lain.

Berdasarkan analisis data kualitatif didapatkan hasil bahwa partisipan dengan regulasi diri dalam pengasuhan kategori tinggi memiliki keyakinan diri dalam mengatasi masalah yang muncul dalam pengasuhan, dapat merumuskan penjelasan masalah perilaku serta perkembangan pada anak, mampu merumuskan serta melaksanakan rencana pengasuhan sesuai dengan kondisi serta kebutuhan anak, serta melaksanakan praktik pengasuhan secara mandiri dengan baik. Partisipan dengan regulasi diri dalam pengasuhan kategori sedang memiliki keyakinan diri dalam mengatasi masalah yang muncul dalam pengasuhan, dapat merumuskan penjelasan masalah perilaku serta perkembangan pada anak, mampu merumuskan serta melaksanakan rencana pengasuhan sesuai dengan kondisi serta kebutuhan anak, serta melaksanakan praktik pengasuhan secara mandiri, namun kondisi tersebut belum konsisten. Partisipan dengan regulasi diri dalam pengasuhan kategori rendah belum memiliki keyakinan diri dalam mengatasi masalah yang muncul dalam pengasuhan, belum mampu merumuskan serta melaksanakan rencana pengasuhan sesuai dengan kondisi serta kebutuhan anak, serta belum dapat melaksanakan praktik pengasuhan secara mandiri. Namun demikian, partisipan dengan kategori rendah sudah dapat merumuskan penjelasan masalah perilaku serta perkembangan yang dialami oleh anak.

Berdasarkan data kualitatif, terdapat faktor eksternal yang berpengaruh pada regulasi diri dalam pengasuhan, yaitu kondisi anak serta dukungan sosial dari orang lain. Faktor internal yang mempengaruhi regulasi dalam pengasuhan adalah kemampuan untuk memantau pikiran, perasaan serta perilaku di dalam proses pengasuhan.

## **PEMBAHASAN**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa umumnya orang tua pada anak ASD mempersepsikan dirinya telah memiliki regulasi diri yang cukup untuk menjalankan proses pengasuhan di masa pandemi covid-19. Namun demikian, diperlukan regulasi diri yang baik untuk pemeliharaan praktik pengasuhan yang positif yang mendukung perkembangan anak (Sanders & Mazzucchelli, dalam Sanders dkk., 2019), terlebih pada saat menghadapi tantangan yang berbeda pada masa pandemi (Daulay, 2021).

Partisipan penelitian umumnya merupakan perempuan, berusia dewasa awal sampai madya. Hal ini menggambarkan bahwa proses pengasuhan umumnya dilaksanakan oleh ibu, dengan salah satu tugas perkembangan yaitu mengurus anak dan mengelola rumah tangga (Santrock, 2019). Tugas mengurus anak serta mengelola rumah tangga menjadi lebih menantang dengan adanya karakteristik khusus pada anak misalnya temperamen yang sulit, adanya masalah perkembangan, psikopatologi, serta tuntutan ekstra lain (Barros et al., 2015) sehingga regulasi diri yang baik pada orang tua menjadi sangat penting dan relevan di dalam pengasuhan (Barros dkk., 2015).

Umumnya partisipan dalam penelitian ini memiliki anak ASD dengan kategori sedang, yaitu memerlukan dukungan secara substansial dalam komunikasi, sosial-sosial emosional serta kemandirian hidup (American Psychiatric Association, 2013), dan dibantu orang lain di dalam pengasuhan. Sesuai hasil analisa kualitatif, salah satu faktor eksternal yang mempengaruhi regulasi diri dalam pengasuhan adalah dukungan pihak lain, serta kondisi anak yang disertai dengan persoalan sosial-emosional serta tingkat kemandirian hidup yang kurang. Masalah tersebut dapat mempengaruhi pikiran, memicu reaksi emosi, serta perilaku partisipan dalam pengasuhan.

Faktor eksternal lain yang mempengaruhi regulasi diri orang tua dalam pengasuhan adalah berkurangnya dukungan sosial selama pandemi. Berdasarkan analisa kualitatif, partisipan merasa tertekan karena anak tidak mendapatkan layanan terapi pada masa pandemi. Selain karena tempat terapi yang sesuai dengan kebutuhan anaknya tutup, partisipan juga tidak berani untuk merekrut asisten karena alasan kesehatan. Kondisi demikian membuatnya kesulitan membagi waktu antara tugas pengasuhan serta tugas lain dalam rumah tangga, memunculkan kelelahan dan mempengaruhi caranya berperilaku serta memecahkan masalah yang muncul dalam pengasuhan. Faktor eksternal lain yang mempengaruhi regulasi diri orang tua dalam pengasuhan adalah jumlah penghasilan keluarga per bulan. Hal ini tampaknya berkaitan dengan fasilitas yang dapat diperoleh partisipan dalam proses pengasuhan, misalnya terkait dengan terapi, pengobatan, adanya asisten dalam pengasuhan (Sastry & Aguirre, 2012)

Terkait dengan faktor internal, kemampuan partisipan untuk memantau pikiran, emosi serta perilaku mempengaruhi regulasi diri dalam pengasuhan dipengaruhi. Berdasarkan analisa kualitatif, ketika menghadapi anak yang marah dan memukul, partisipan perlu memiliki kemampuan untuk memantau serta mengelola emosi. Ketika ia tetap tenang serta tidak memberikan reaksi berlebihan maka emosi anak menjadi reda, tetapi ketika ia gagal mengelola emosinya maka hal tersebut menyebabkan perilaku negatif dalam pengasuhan dan makin memicu masalah perilaku anak. Partisipan juga menyampaikan bahwa ketika ia sedang lelah secara psikis, maka hal tersebut berdampak pada praktik pengasuhan yaitu cenderung tidak melakukan usaha tertentu di dalam proses pengasuhan, dan hal ini dapat menghambat perkembangan anak.

Berdasarkan hasil penelitian ini, jumlah partisipan pada kategori domain *self-sufficiency* rendah lebih banyak dibandingkan dengan jumlah partisipan dengan regulasi diri dalam pengasuhan kategori rendah. Dengan demikian, partisipan perlu mengembangkan *self-sufficiency* dalam pengasuhan sehingga mampu mempraktekkan pengetahuan serta keterampilan, memecahkan masalah, serta menggunakan sumber daya yang dimiliki dalam pengasuhan secara mandiri. Hal ini menjadi penting karena dalam situasi pandemi yang belum berakhir menyebabkan dukungan sosial yang diterima oleh partisipan dari pihak lain berkurang. Partisipan juga perlu membangun jaringan sosial yang sehat, yaitu jaringan sosial yang berdampak positif bagi pengasuhan, tetapi tidak membuat orang tua menjadi bergantung pada jaringan dukungan tersebut.

Berdasarkan hasil penelitian, jumlah partisipan pada kategori rendah pada domain *self-management* juga lebih banyak dibandingkan jumlah partisipan kategori rendah pada regulasi diri yang rendah di dalam pengasuhan. Hal ini tampaknya dipengaruhi oleh faktor eksternal yaitu memiliki lebih dari satu orang anak di dalam keluarga, termasuk di dalamnya anak ASD dengan kebutuhan dukungan yang substansial (American Psychiatric Association, 2013) yang dapat meningkatkan tantangan dalam praktik pengasuhan pada anak ASD, karena orang tua juga perlu untuk melaksanakan pengasuhan bagi anak lain, yang sering kali berbeda kondisi, kebutuhan, serta jenis aktivitasnya. Sebagai pelaku pengasuhan, orang tua perlu mengembangkan *self-management*, yaitu kemampuan untuk mengubah praktik pengasuhan untuk mencapai tujuan tertentu dalam perkembangan anaknya. Orang tua perlu semakin mengenal karakteristik perkembangan anak dan memilih strategi untuk mengatasi masalah tertentu yang dialami anak, serta melakukan pemantauan serta evaluasi, apakah strategi yang dilakukan efektif mengatasi masalah anak.

Berdasarkan hasil penelitian, hampir setengah dari jumlah partisipan berada dalam kategori tinggi dalam domain *self-efficacy*, yang berarti memiliki keyakinan diri yang baik dalam mengatasi masalah pengasuhan. Namun demikian, terdapat partisipan pada kategori rendah pada domain *self-efficacy* sehingga perlu pengembangan. Berdasarkan analisa kualitatif, meskipun partisipan telah memiliki pengetahuan serta keterampilan untuk mengatasi masalah tertentu melalui sebuah pelatihan tetapi karena ia tidak yakin bahwa ia dapat mengatasi masalah yang dihadapi anak, maka ia tidak mempraktikkan pengetahuan serta keterampilan tersebut dalam pengasuhan. Hal ini tentu tidak mendukung perkembangan anak yang optimal.

Berdasarkan hasil penelitian, lebih dari setengah jumlah partisipan pada kategori sedang dalam domain *personal agency* yang berarti partisipan memiliki keterampilan untuk merumuskan penjelasan masalah perilaku serta perkembangan anak. Namun demikian, terdapat partisipan pada kategori rendah dalam domain ini sehingga perlu pengembangan. *Personal agency* penting bagi partisipan untuk dapat melihat keterkaitan antara perkembangan yang dicapai anak dengan usaha yang dilakukan, serta menjelaskan penyebab masalah perilaku dengan benar. Cara pandang ini dapat mempengaruhi partisipan dalam menghargai usahanya, mengapresiasi perkembangan yang dicapai anak, dan kemudian membantu orang tua dalam mengelola emosinya.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Dari penelitian ini didapatkan kesimpulan bahwa sebagian besar partisipan memiliki regulasi diri dalam pengasuhan pada kategori sedang, sekitar seperempat jumlah partisipan pada kategori tinggi, serta sebagian kecil pada kategori rendah. Hal ini berarti sebagian besar partisipan memiliki pandangan bahwa dirinya telah memiliki regulasi diri yang cukup memadai, sekitar seperempat jumlah partisipan memiliki pandangan bahwa dirinya telah memiliki regulasi diri yang baik, serta sebagian kecil memiliki pandangan bahwa dirinya memiliki regulasi diri yang rendah dalam melaksanakan proses pengasuhan pada anak ASD pada masa pandemi. Di samping itu, terdapat sebagian kecil partisipan dengan domain regulasi diri dalam pengasuhan pada kategori rendah, baik pada *self-efficacy*, *personal agency*, *self-management* serta *self-sufficiency*. Berdasarkan literatur, diperlukan regulasi diri dalam pengasuhan kategori baik agar berdampak positif pada praktik pengasuhan, terutama saat dihadapkan pada tantangan pengasuhan yang lebih besar misalnya adanya karakteristik khusus pada anak atau adanya masalah sosial seperti pandemi.

Faktor internal yang mempengaruhi regulasi diri dalam pengasuhan misalnya kemampuan partisipan dalam memantau serta mengelola pikiran, emosi, serta perilaku. Sedangkan faktor eksternal terkait dengan tingkat kebutuhan dukungan anak ASD serta dukungan sosial dari pihak lain. Berdasarkan hasil penelitian, jumlah penghasilan berpengaruh pada regulasi diri dalam pengasuhan, karena tampaknya jumlah penghasilan berdampak pada fasilitas yang didapatkan partisipan dalam pengasuhan anak ASD (misalnya layanan terapi, pengobatan).

Terdapat beberapa saran sesuai dengan hasil penelitian ini. Untuk penelitian berikutnya, disarankan untuk memperluas populasi penelitian, misalnya satu provinsi atau dengan karakteristik demografis yang berbeda, dengan jumlah partisipan dalam penggalan data kualitatif yang ditambah. Bagi orang tua diperlukan pengembangan regulasi diri dalam pengasuhan melalui pengembangan domain-domainnya dan perlu mengikuti pelatihan atau seminar bertema pengasuhan, sehingga dapat memperoleh informasi terkait pengetahuan

serta keterampilan yang berguna bagi pengembangan regulasi diri dalam pengasuhan yang berdampak positif pada pengasuhan dan mendukung optimalisasi perkembangan anak.

## DAFTAR PUSTAKA

- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder-Fifth Edition* (5th ed.). American Psychiatric Publishing.
- Barros, L., Goes, A. R., & Pereira, A. I. (2015). Parental self-regulation, emotional regulation and temperament: Implications for intervention. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 32(2), 295–306. <https://doi.org/10.1590/0103-166X2015000200013>
- Clauser, P., dkk. (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>
- Crowell, J. A., Keluskar, J., & Gorecki, A. (2019). Parenting behavior and the development of children with autism spectrum disorder. *Comprehensive Psychiatry*, 90, 21–29. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2018.11.007>
- Daulay, N. (2021). Home education for children with autism spectrum disorder during the COVID-19 pandemic: Indonesian mothers experience. *Research in Developmental Disabilities*, 114, 103954. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2021.103954>
- Degli Espinosa, F., dkk. (2020). A Model of Support for Families of Children With Autism Living in the COVID-19 Lockdown: Lessons From Italy. *Behavior Analysis in Practice*, 13(3), 550–558. <https://doi.org/10.1007/s40617-020-00438-7>
- Di Renzo, M., dkk. (2020). Parent-Reported Behavioural Changes in Children With Autism Spectrum Disorder During the COVID-19 Lockdown in Italy. *Continuity in Education*, 1(1), 117–125. <https://doi.org/10.5334/cie.20>
- Hamilton, V. E., Matthews, J. M., & Crawford, S. B. (2015). Development and Preliminary Validation of a Parenting Self-Regulation Scale: “Me as a Parent.” *Journal of Child and Family Studies*, 24(10), 2853–2864. <https://doi.org/10.1007/s10826-014-0089-z>
- Latzer, T., Leitner, Y., & Miller, O. K. (2021). Core experiences of parents of children with autism during the COVID-19 pandemic lockdown Itay. *Journal Austism 2021*, 25(4), 1047–1059.
- Rayan, A., & Ahmad, M. (2017). Psychological Distress in Jordanian Parents of Children with Autism Spectrum Disorder: The Role of Positive Reappraisal Coping. *Archives of Psychiatric Nursing*, 31(1), 38–42. <https://doi.org/10.1016/j.apnu.2016.07.017>
- Sanders, M. R., & Morawska, A. (2018). *Handbook of Parenting and Child Development Across the Lifespan*. Springer.
- Sanders, M. R., Turner, K. M. T., & Metzler, C. W. (2019). Applying Self-Regulation Principles in the Delivery of Parenting Interventions. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 22(1), 24–42. <https://doi.org/10.1007/s10567-019-00287-z>
- Santrock, J. W. (2019). *Life Span Development – Seventh Edition* (7th ed.). McGraw-Hill.
- Sastry, A., & Aguirre, B. (2012). *Parenting your child with autism: practical solutions, strategies, and advice for helping your family*. New Harbinger Publications.

- Soetikno, N., Heng, P. H., Putri, N. P., & Pertiwi, I. A. (2021). Peningkatan Ketangguhan dan Kelekatan Orangtua Anak Berkebutuhan Khusus dalam Mengatasi Stres Pengasuhan di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Bakti Masyarakat Indonesia*, 4(2), 366–372.
- Thorell, L. B., dkk. (2021). Parental experiences of homeschooling during the COVID-19 pandemic: differences between seven European countries and between children with and without mental health conditions. *European Child & Adolescent Psychiatry*. <https://doi.org/10.1007/s00787-020-01706-1>
- Ventola, P., dkk. (2017). Parenting a Child with ASD: Comparison of Parenting Style Between ASD, Anxiety, and Typical Development. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 47(9), 2873–2884. <https://doi.org/10.1007/s10803-017-3210-5>