Jurnal Ilmiah Cahaya Paud
Jurnal Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini
P-ISSN. 2407-1064 E-ISSN. 2807-5552

Strategi Coping Stres Orang Tua Anak Autis Di Madura: Studi Fenomenologi Pada Keluarga Dengan Anak Berkebutuhan Khusus Perspektif Psikologi Islam

Desi Ismawati
Sekolah Tinggi Agama Islam Al Mujtama Pamekasan
Jl. Raya Pegantenan No. Km. 09, Tengracak, Plakpak, Kecamatan Pegantenan, Kabupaten Pamekasan, Jawa Timur 69361
Email: desi22@stai-almujtama.ac.id

Abstrak: Penelitian ini bertujuan mengeksplorasi strategi coping stres orang tua yang mengasuh anak dengan *Autism Spectrum Disorder* (ASD) di Madura serta memahami peran nilai budaya lokal dan ajaran Islam dalam pengalaman tersebut. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain fenomenologis yang melibatkan 20 orang tua yang memiliki anak dengan ASD dan berdomisili di empat kabupaten di Madura, yaitu Bangkalan, Sampang, Pamekasan, dan Sumenep. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi nonpartisipan, dan dokumentasi. Analisis data menggunakan model Miles dan Huberman yang meliputi reduksi data, penyajian data, serta penarikan dan verifikasi kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa orang tua menerapkan strategi coping berorientasi masalah melalui pencarian informasi, penyesuaian rutinitas pengasuhan, dan upaya memperoleh layanan pendukung. Sementara itu, coping berorientasi emosi diwujudkan melalui penerimaan terhadap kondisi anak, pengelolaan emosi, dan pencarian dukungan keluarga. Nilai-nilai Islam, seperti kesabaran, tawakal, dan penerimaan terhadap ketentuan Allah, serta nilai budaya dan dukungan sosial dalam masyarakat Madura turut memengaruhi cara orang tua memaknai pengalaman pengasuhan. Temuan ini menunjukkan bahwa strategi coping orang tua terbentuk melalui keterkaitan antara upaya praktis dalam pengasuhan, pengelolaan emosi, dukungan sosial, serta pemaknaan religius dan budaya dalam kehidupan masyarakat Madura.

Kata kunci: *Autism Spectrum Disorder, Coping Stres, Orang Tua, Psikologi Islam, Budaya Madura*

***Abstract*:** *This study aims to explore the stress coping strategies employed by parents raising children with Autism Spectrum Disorder (ASD) in Madura and to understand the role of local cultural values and Islamic teachings in shaping their experiences. This study employed a qualitative approach with a phenomenological design, involving 20 parents of children with ASD residing in four regencies of Madura: Bangkalan, Sampang, Pamekasan, and Sumenep. Data were collected through in-depth interviews, non-participant observation, and documentation. Data were analyzed using the Miles and Huberman model, which comprises data reduction, data display, and conclusion drawing and verification. The findings indicate that parents employ problem-focused coping strategies through information seeking, adjustments to parenting routines, and efforts to access supportive services. Meanwhile, emotion-focused coping is manifested through acceptance of the child's condition, emotion regulation, and seeking family support. Islamic values, such as patience, trust in Allah (tawakkul), and acceptance of Allah's decree, along with local cultural values and social support within Madurese society, influence how parents make sense of their parenting experiences. These findings demonstrate that parental coping strategies are shaped by the interplay of practical parenting efforts, emotion regulation, social support, and religious and cultural meaning-making within the context of Madurese society.*

Keywords: *Autism Spectrum Disorder, Stress Coping, Parents, Islamic Psychology, Madurese Culture*

A. Pendahuluan

Kehadiran seorang anak dalam keluarga bukan hanya sebuah berkah yang membawa sukacita, tetapi juga merupakan amanah yang menuntut tanggung jawab besar dari orang tua. Anak adalah harapan masa depan sekaligus refleksi nilai-nilai dan identitas keluarga. Namun, bagi keluarga yang memiliki anak berkebutuhan khusus, seperti anak dengan *Autism Spectrum Disorder* (ASD), kehadiran anak sering kali disertai tantangan yang kompleks dan multidimensi. Anak dengan ASD mengalami gangguan perkembangan neurologis yang berdampak pada kemampuan berkomunikasi, berinteraksi sosial, serta munculnya perilaku repetitif (Sari & Rahmasari, 2019).

Gangguan Spektrum Autisme (*Autism Spectrum Disorder*/ASD) menjadi perhatian dalam bidang kesehatan dan perkembangan anak. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) memperkirakan bahwa pada tahun 2021 sekitar satu dari 127 orang di dunia mengalami autisme. Angka tersebut merupakan estimasi global dan tidak secara khusus menggambarkan prevalensi autisme pada anak di Indonesia. Sementara itu, data nasional mengenai jumlah anak dengan ASD masih perlu dicermati berdasarkan sumber dan metode pendataan yang digunakan. Kondisi ini menunjukkan pentingnya perhatian terhadap kebutuhan anak dengan ASD beserta keluarganya. Orang tua dapat menghadapi berbagai tuntutan pengasuhan, mulai dari memahami kebutuhan anak dan mencari layanan pendukung hingga mengelola tekanan emosional yang menyertainya. Situasi tersebut menjadikan stres pengasuhan dan strategi *coping* orang tua sebagai aspek penting untuk dikaji (Khoirunnisa et al., 2023).

Pengasuhan anak dengan *Autism Spectrum Disorder* (ASD) dapat menghadirkan tantangan emosional bagi orang tua, termasuk pengalaman berduka, kesulitan menerima kondisi anak, maupun proses adaptasi terhadap kebutuhan pengasuhan yang berbeda. Pengalaman tersebut tidak selalu berlangsung dalam tahapan yang sama pada setiap keluarga dan dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis orang tua (Solaiman et al., 2023). Penelitian lain menunjukkan bahwa pengalaman pengasuhan tersebut tidak hanya berpengaruh terhadap dinamika keluarga, tetapi juga berpotensi meningkatkan stres dan kecemasan serta menurunkan kualitas hidup ibu sebagai pengasuh anak dengan ASD (Astiti & Valentina, 2024).

Harus diakui bahwa stres merupakan fenomena yang tidak terelakkan dalam kehidupan manusia dan menjadi salah satu isu kesehatan yang signifikan (Hasan, 2008). Dalam konteks orang tua yang memiliki anak dengan ASD, stres menjadi salah satu isu utama yang memengaruhi kesejahteraan psikologis mereka. Oleh karena itu, berbagai pendekatan psikologis dirancang untuk membantu individu beradaptasi dengan tekanan yang dihadapi guna menghindari dampak negatif yang mungkin timbul. Salah satu pendekatan yang digunakan adalah strategi *coping* yang berfokus pada pengelolaan respons terhadap stres, serta faktor-faktor pendukung seperti harapan, efikasi diri (*self-efficacy*), ketahanan psikologis, optimisme, dukungan sosial, dan pengaruh identitas etnik (Nevid et al., 2019). Berbagai faktor tersebut dapat memengaruhi cara orang tua menilai tuntutan pengasuhan dan menentukan strategi untuk menghadapi tekanan yang dialami. Oleh karena itu, pemahaman mengenai

strategi *coping* diperlukan untuk mengeksplorasi bagaimana orang tua anak dengan ASD mengelola stres dalam kehidupan sehari-hari.

Dalam perspektif psikologi Islam, pengalaman menghadapi stres dapat dipahami tidak hanya melalui upaya praktis dan pengelolaan emosi, tetapi juga melalui pemaknaan spiritual terhadap kesulitan hidup. Nilai-nilai seperti sabar dan tawakal dapat menjadi bagian dari cara orang tua memaknai serta menghadapi tantangan pengasuhan anak dengan ASD. Meskipun demikian, peran nilai-nilai religius tersebut perlu dipahami berdasarkan pengalaman orang tua, bukan diasumsikan selalu menghasilkan respons yang sama pada setiap individu (Bunyamin, 2023; Darwati, 2022; Ikhwanisifa, 2022; Zedadra et al., 2019).

Secara konseptual, strategi *coping* merujuk pada upaya kognitif dan perilaku yang dilakukan individu untuk menghadapi tuntutan internal maupun eksternal yang dinilai membebani atau melampaui sumber daya yang dimilikinya. Lazarus dan (Folkman, 1984) membedakan strategi *coping* menjadi dua bentuk utama, yaitu *problem-focused coping* yang berorientasi pada penanganan masalah dan *emotion-focused coping* yang berorientasi pada pengelolaan respons emosional. Dalam konteks pengasuhan anak dengan ASD, kedua strategi tersebut dapat digunakan secara saling melengkapi, bergantung pada situasi yang dihadapi dan cara orang tua menilai tuntutan pengasuhan. Kerangka ini digunakan untuk membantu memahami pengalaman orang tua tanpa mengabaikan konteks sosial, budaya, dan spiritual yang menyertainya.

Sejumlah penelitian telah membahas strategi *coping* stres pada orang tua anak dengan *Autism Spectrum Disorder* (ASD), termasuk aspek-aspek yang berkaitan dengan tuntutan pengasuhan dan upaya orang tua dalam menghadapi tekanan psikologis. Penelitian-penelitian terdahulu, antara lain (Asirotul Ma'rifah, Naning Puji Suryantini, 2018; Biahimo & Firmawati, 2022; Muzayyanah & Ersy Azheema Huda, 2023; Rahma et al., 2024; Sari & Rahmasari, 2019; Solaiman et al., 2023), perlu ditelaah berdasarkan fokus dan temuan masing-masing untuk menjelaskan perkembangan kajian mengenai *coping* stres orang tua anak dengan ASD. Temuan penelitian terdahulu tersebut dapat menjadi dasar untuk memahami berbagai cara orang tua menghadapi tekanan pengasuhan. Namun, pengalaman *coping* juga perlu dikaji dengan mempertimbangkan konteks sosial dan budaya tempat keluarga menjalani kehidupan sehari-hari. Nilai budaya lokal, praktik keagamaan, hubungan keluarga, serta pengalaman memperoleh dukungan dapat menjadi aspek penting dalam memahami pengalaman orang tua ketika menghadapi tekanan pengasuhan (Daulay et al., 2020).

Dalam konteks masyarakat Madura, hubungan antara pengalaman pengasuhan anak dengan ASD, nilai budaya lokal, dan ajaran Islam menjadi aspek yang perlu ditelaah berdasarkan pengalaman nyata orang tua. Penelitian ini tidak mengasumsikan bahwa seluruh keluarga Madura memiliki pengalaman atau strategi *coping* yang sama. Sebaliknya, pendekatan fenomenologis digunakan untuk memahami bagaimana orang tua memaknai stres pengasuhan serta bagaimana konteks sosial budaya dan keyakinan keagamaan hadir dalam pengalaman mereka. Dengan demikian, penelitian ini berupaya memperdalam pemahaman mengenai

pengalaman subjektif orang tua dalam konteks sosial budaya Madura tanpa menggeneralisasi pengalaman seluruh keluarga berdasarkan latar budaya yang sama.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengalaman stres dan strategi *coping* orang tua yang mengasuh anak dengan ASD di empat kabupaten di Madura, yaitu Bangkalan, Sampang, Pamekasan, dan Sumenep. Penelitian ini juga bertujuan untuk memahami bagaimana nilai budaya lokal dan ajaran Islam hadir dalam pengalaman orang tua ketika menghadapi tuntutan pengasuhan. Kebaruan penelitian terletak pada upaya memahami strategi *coping* melalui pengalaman subjektif orang tua dengan menghubungkan perspektif psikologi mengenai *coping* stres, pemaknaan religius dalam perspektif psikologi Islam, dan konteks sosial budaya Madura melalui pendekatan fenomenologis. Hasil penelitian diharapkan dapat memperkaya kajian mengenai pengalaman *coping* orang tua anak dengan ASD serta menjadi bahan pertimbangan dalam mengembangkan dukungan keluarga yang memperhatikan kebutuhan psikologis, sosial, dan spiritual.

B. Landasan Teori

1. Teori Coping Stres

   Coping stres merupakan upaya kognitif dan perilaku yang dilakukan individu untuk menghadapi tuntutan yang dinilai membebani atau melampaui sumber daya yang dimilikinya. (Lazarus & Folkman, 1984), melalui teori transaksional stres dan *coping*, menjelaskan bahwa stres berkaitan dengan hubungan antara individu dan lingkungannya, terutama bagaimana individu menilai situasi yang dihadapi serta kemampuannya dalam mengatasi tuntutan tersebut. Dengan demikian, pengalaman stres tidak hanya ditentukan oleh beratnya situasi, tetapi juga oleh penilaian subjektif dan sumber daya yang dimiliki individu untuk menghadapinya.

   (Lazarus & Folkman, 1984) membedakan strategi *coping* menjadi dua bentuk utama, yaitu *problem-focused coping* dan *emotion-focused coping*. *Problem-focused coping* berorientasi pada upaya mengatasi sumber tekanan, sedangkan *emotion-focused coping* berfokus pada pengelolaan respons emosional terhadap situasi yang menekan. Dalam konteks pengasuhan anak dengan ASD, kedua strategi tersebut dapat diwujudkan melalui upaya orang tua dalam mencari informasi dan layanan pendukung, menyesuaikan pola pengasuhan dengan kebutuhan anak, mengelola emosi, serta memperoleh dukungan dari orang lain. Kedua strategi tersebut dapat digunakan secara bersamaan sesuai dengan penilaian orang tua terhadap situasi yang dihadapi dan sumber daya yang tersedia. Dalam penelitian ini, konsep tersebut digunakan sebagai kerangka untuk mengidentifikasi dan memahami strategi *coping* berdasarkan pengalaman yang disampaikan oleh partisipan.

2. Coping Stres dalam Perspektif Psikologi Islam

   Psikologi Islam merupakan perspektif yang memahami pengalaman dan perilaku manusia dengan mempertimbangkan aspek psikologis, spiritual, serta hubungan manusia dengan Allah Swt. Dalam menghadapi tekanan kehidupan, keyakinan dan praktik keagamaan dapat menjadi sumber pemaknaan dan dukungan bagi individu. Dalam konteks pengasuhan anak dengan ASD, perspektif

ini relevan untuk mengkaji bagaimana orang tua memaknai tanggung jawab pengasuhan, menghadapi berbagai kesulitan, dan menjalani proses penerimaan berdasarkan nilai-nilai keagamaan yang diyakininya.

Tiga konsep yang menjadi perhatian dalam penelitian ini adalah sabar, tawakal, dan ridha. Sabar berkaitan dengan keteguhan hati dan pengendalian diri ketika menghadapi kesulitan; tawakal berkaitan dengan penyerahan diri kepada Allah Swt. yang disertai ikhtiar; sedangkan ridha berkaitan dengan penerimaan terhadap ketetapan Allah Swt. Dalam pengalaman pengasuhan anak dengan ASD, ketiga konsep tersebut digunakan sebagai perspektif untuk memahami cara orang tua memaknai kesulitan, melakukan berbagai upaya untuk memenuhi kebutuhan anak, serta menerima keadaan yang dihadapi tanpa mengabaikan tanggung jawab pengasuhan.

Meskipun demikian, nilai-nilai spiritual tidak dapat secara otomatis dianggap menghilangkan stres atau menghasilkan respons yang sama pada setiap orang tua. Pengaruhnya perlu dipahami berdasarkan pengalaman subjektif, keyakinan, dan praktik keagamaan masing-masing individu. Oleh sebab itu, perspektif psikologi Islam dalam penelitian ini digunakan untuk menelaah bagaimana nilai sabar, tawakal, dan ridha dimaknai serta dihadirkan dalam pengalaman orang tua ketika menghadapi tekanan pengasuhan anak dengan ASD.

3. Konteks Sosial Budaya dalam Pengalaman Coping Orang Tua

Pengalaman stres dan strategi *coping* orang tua berkaitan erat dengan lingkungan sosial tempat proses pengasuhan berlangsung. Hubungan keluarga, dukungan sosial, nilai budaya, praktik keagamaan, serta akses terhadap layanan pendidikan dan kesehatan dapat menjadi bagian penting dalam membentuk pengalaman pengasuhan. Dalam penelitian ini, konteks sosial budaya Madura digunakan untuk memahami bagaimana orang tua memaknai lingkungan sosialnya dan bagaimana pengalaman tersebut berkaitan dengan strategi *coping* yang dijalankan.

Dukungan keluarga dan masyarakat dapat menjadi sumber bantuan dalam menghadapi tekanan pengasuhan, sedangkan stigma sosial dan keterbatasan akses terhadap layanan pendidikan maupun kesehatan dapat menjadi tantangan apabila ditemukan dalam pengalaman partisipan. Oleh karena itu, konteks budaya tidak diperlakukan sebagai faktor yang secara tunggal menentukan strategi *coping*, melainkan sebagai bagian dari lingkungan sosial yang turut membentuk pengalaman pengasuhan dan dipahami berdasarkan pengalaman masing-masing partisipan.

4. Sintesis Landasan Teori

Penelitian ini menggunakan tiga perspektif yang saling melengkapi untuk memahami pengalaman *coping* stres orang tua anak dengan ASD di Madura. Teori (Lazarus & Folkman, 1984) digunakan untuk mengidentifikasi strategi *coping* yang berorientasi pada penanganan masalah (*problem-focused coping*) dan pengelolaan emosi (*emotion-focused coping*). Perspektif psikologi Islam digunakan untuk memahami pemaknaan nilai sabar, tawakal, dan ridha berdasarkan pengalaman partisipan, sedangkan konteks sosial budaya Madura digunakan untuk menelaah

peran lingkungan keluarga, hubungan sosial, dan nilai budaya dalam pengalaman pengasuhan.

Melalui pendekatan fenomenologis, ketiga perspektif tersebut menjadi landasan untuk memahami tidak hanya strategi yang digunakan orang tua dalam menghadapi tekanan pengasuhan, tetapi juga makna yang mereka berikan terhadap pengalaman tersebut. Dengan demikian, penelitian ini berupaya memperoleh pemahaman yang utuh mengenai pengalaman subjektif orang tua dalam mengelola stres pengasuhan melalui strategi psikologis, pemaknaan spiritual, dan interaksi dengan lingkungan sosial budayanya.

C. Metodologi Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain fenomenologis untuk memahami pengalaman subjektif orang tua yang memiliki anak dengan *Autism Spectrum Disorder* (ASD) di Madura. Pendekatan fenomenologis dipilih karena penelitian ini berfokus pada pengalaman hidup, pemaknaan, serta cara orang tua menghadapi tekanan selama proses pengasuhan anak dengan ASD (Moleong, 2017; Salim, 2006; Sujarweni, 2004). Melalui pendekatan ini, peneliti berupaya memahami pengalaman orang tua secara mendalam, khususnya yang berkaitan dengan pengalaman stres, strategi *coping*, dukungan sosial, serta peran nilai-nilai Islam dan budaya lokal dalam kehidupan keluarga. Penelitian ini termasuk penelitian lapangan (*field research*) karena data diperoleh secara langsung dari informan dan lingkungan kehidupannya untuk memahami fenomena berdasarkan kondisi yang dialami (Nazir, 2014; Sadiah, 2015; Sangadji & Sopiah, 2010). Dalam proses penelitian, peneliti berperan sebagai instrumen utama yang melakukan pengumpulan, pengamatan, dan penafsiran data secara kontekstual (Moleong, 2017; Sugiyono, 2013).

Penelitian dilaksanakan di empat kabupaten di Madura, yaitu Bangkalan, Sampang, Pamekasan, dan Sumenep. Informan penelitian berjumlah 20 orang tua yang memiliki anak dengan ASD, dengan masing-masing lima informan dari setiap kabupaten. Pemilihan informan dilakukan berdasarkan kesesuaian dengan fokus penelitian, yaitu orang tua yang memiliki anak dengan ASD, berdomisili di wilayah Madura, dan bersedia memberikan informasi mengenai pengalaman pengasuhannya. Usia orang tua berada pada rentang 26–46 tahun, sedangkan usia anak yang diasuh berkisar antara 4–12 tahun. Informan memiliki latar belakang pendidikan, pekerjaan, dan kondisi sosial ekonomi yang beragam. Keragaman karakteristik tersebut menjadi salah satu pertimbangan untuk memahami variasi pengalaman orang tua dalam menghadapi tekanan pengasuhan.

Sumber data penelitian terdiri atas data primer dan data sekunder (Muhaimin, 2020). Data primer diperoleh dari 20 orang tua anak dengan ASD melalui wawancara mendalam, observasi nonpartisipatif, dan dokumentasi (Prastowo, 2013). Data primer juga didukung oleh dokumen yang berkaitan dengan kondisi dan perkembangan anak, seperti catatan medis atau psikologis, laporan perkembangan dari sekolah atau lembaga terapi, arsip layanan pendampingan, serta catatan lapangan yang relevan dengan fokus penelitian. Sementara itu, data sekunder diperoleh dari penelitian terdahulu, jurnal ilmiah, kebijakan publik, pedoman resmi, dan sumber lain yang relevan untuk mendukung landasan teori serta pembahasan hasil penelitian.

Pengumpulan data dilakukan melalui tiga teknik, yaitu wawancara mendalam, observasi nonpartisipatif, dan dokumentasi (Sugiyono, 2013). Wawancara mendalam dilakukan secara semi-terstruktur dengan menggunakan pedoman wawancara sebagai acuan, tetapi tetap memberikan keleluasaan kepada informan untuk menyampaikan pengalaman dan pandangannya. Wawancara difokuskan pada pengalaman orang tua ketika mengetahui kondisi anak, tekanan yang muncul selama proses pengasuhan, serta strategi yang digunakan untuk menghadapi situasi tersebut. Penggalian informasi juga diarahkan pada upaya orang tua dalam mencari informasi dan layanan pendukung, mengelola emosi, memperoleh dukungan keluarga, serta memaknai pengalaman pengasuhan berdasarkan nilai budaya dan ajaran agama Islam.

Observasi nonpartisipatif dilakukan untuk memperoleh gambaran mengenai lingkungan keluarga dan pola interaksi orang tua dengan anak dalam kehidupan sehari-hari. Pengamatan diarahkan pada situasi pengasuhan dan bentuk interaksi yang berkaitan dengan pengalaman orang tua dalam menghadapi kebutuhan anak. Selain itu, dokumentasi digunakan sebagai data pendukung berupa dokumen tertulis maupun visual yang relevan dengan fokus penelitian. Data dokumentasi tersebut digunakan untuk melengkapi informasi hasil wawancara dan observasi sehingga pengalaman informan dapat dipahami dengan mempertimbangkan konteks pengasuhan yang dijalani.

Analisis data menggunakan model analisis interaktif Miles dan Huberman yang meliputi reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan dan verifikasi. Reduksi data dilakukan dengan menyeleksi, memfokuskan, dan menyederhanakan informasi hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi sesuai dengan fokus penelitian. Selanjutnya, data yang telah direduksi disajikan dalam bentuk uraian deskriptif untuk memudahkan peneliti memahami pola pengalaman dan strategi *coping* stres orang tua. Penarikan kesimpulan dilakukan dengan menafsirkan pola dan makna yang muncul dari data, kemudian memeriksa kembali kesesuaiannya dengan informasi yang telah dikumpulkan. Ketiga tahapan tersebut berlangsung secara interaktif dan saling berkaitan hingga diperoleh temuan yang sesuai dengan tujuan penelitian.

Dalam proses analisis, peneliti menelaah data hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi untuk mengidentifikasi informasi yang berkaitan dengan pengalaman stres dan strategi *coping* orang tua. Informasi yang memiliki kesamaan makna kemudian dikelompokkan berdasarkan keterkaitan pengalaman yang disampaikan informan. Hasil pengelompokan tersebut menjadi dasar dalam menyusun tema-tema penelitian. Tema yang terbentuk selanjutnya ditafsirkan dengan memperhatikan pengalaman subjektif informan dan dikaitkan dengan konsep *problem-focused coping* dan *emotion-focused coping*, perspektif psikologi Islam, serta konteks sosial budaya Madura. Proses ini digunakan untuk memahami hubungan antara upaya praktis dalam pengasuhan, pengelolaan emosi, dukungan sosial, dan pemaknaan religius dalam pengalaman orang tua. Keabsahan data dijaga melalui triangulasi teknik dengan membandingkan informasi yang diperoleh dari wawancara, observasi, dan dokumentasi. Perbandingan tersebut dilakukan untuk memeriksa kesesuaian informasi antarteknik pengumpulan data serta memperoleh pemahaman yang lebih utuh mengenai pengalaman orang tua dalam mengasuh anak dengan ASD.

D. Strategi Coping Stres Orang Tua Anak Autis Di Madura

1. Strategi Coping Stres yang Digunakan oleh Orang Tua dalam Mengasuh Anak dengan Autism Spectrum Disorder (ASD) di Madura

Pengasuhan anak berkebutuhan khusus, khususnya anak dengan *Autism Spectrum Disorder* (ASD), menuntut kesiapan psikologis, emosional, dan sosial yang lebih besar dari orang tua. Orang tua tidak hanya dihadapkan pada kondisi perkembangan anak, tetapi juga pada tuntutan penyesuaian diri secara berkelanjutan, baik dalam lingkungan keluarga maupun dalam relasi sosial yang lebih luas. Dalam konteks masyarakat Madura, pengalaman mengasuh anak dengan ASD membentuk dinamika tersendiri yang memengaruhi cara orang tua menghadapi stres dan tekanan pengasuhan. Tekanan tersebut muncul secara bertahap dan berlapis, mulai dari saat orang tua pertama kali mengetahui kondisi anak, kelelahan emosional, kebingungan dalam pengasuhan, hingga tantangan menghadapi perilaku anak yang tidak terduga. Narasi para orang tua menunjukkan bahwa fase awal diagnosis menjadi salah satu pengalaman yang paling membekas secara emosional. Seorang ibu dari Kabupaten Bangkalan mengungkapkan, "Waktu itu rasanya seperti kehilangan harapan. Saya hanya menangis dan tidak tahu harus mulai dari mana" (Informan BKL-02). Ungkapan serupa disampaikan oleh informan dari Sampang, "Saya sempat menolak kenyataan, karena tidak pernah membayangkan anak saya akan seperti ini" (Informan SMP-06). Pengalaman tersebut juga dialami oleh informan lain dari Bangkalan dan Pamekasan yang menggambarkan fase awal diagnosis sebagai masa yang dipenuhi perasaan syok, kebingungan, dan ketakutan terhadap masa depan anak. Hal ini terlihat dari pernyataan, "Saya merasa takut salah melangkah, semua terasa gelap" (Informan BKL-01), serta "Saya sampai tidak bisa tidur berhari-hari setelah tahu hasilnya" (Informan PMK-11). Catatan observasi menunjukkan bahwa ketika pengalaman tersebut diceritakan kembali, informan memperlihatkan ekspresi emosional yang kuat, seperti suara yang melemah, jeda bicara yang panjang, dan perubahan mimik wajah. Kondisi ini mengindikasikan bahwa pengalaman awal mengetahui diagnosis anak masih menyisakan beban psikologis bagi sebagian orang tua.

Seiring berjalannya waktu, orang tua mulai melakukan penyesuaian diri melalui berbagai strategi *coping* yang berkembang secara bertahap. Penyesuaian tersebut terlihat dari upaya orang tua untuk mengambil kendali atas situasi pengasuhan melalui tindakan konkret. Orang tua mulai mencari informasi mengenai ASD, mengakses layanan terapi, serta mengatur aktivitas anak secara lebih terstruktur. Seorang informan dari Pamekasan menuturkan, "Saya sadar kalau saya terus larut dalam sedih, anak saya tidak akan maju. Akhirnya saya belajar terapi sendiri di rumah" (Informan PMK-13). Pola *coping* serupa juga dilakukan oleh orang tua lain melalui proses belajar secara mandiri berdasarkan pengalaman sehari-hari. Seorang informan dari Bangkalan menyampaikan, "Saya banyak belajar dari video dan sharing sesama orang tua, meskipun pelan-pelan" (Informan BKL-04), sementara informan dari Sampang menambahkan, "Tidak selalu ke terapi, tapi saya buat jadwal sendiri di rumah" (Informan SMP-16). Observasi nonpartisipatif menunjukkan bahwa orang tua menyusun rutinitas harian anak secara cermat, seperti mengatur waktu makan, latihan komunikasi,

dan waktu istirahat sebagai upaya menciptakan keteraturan aktivitas anak serta mengurangi perilaku tantrum. Dokumentasi berupa catatan terapi mandiri dan jadwal aktivitas anak turut memperkuat temuan tersebut. Hal ini menunjukkan adanya upaya konsisten orang tua dalam menerapkan strategi *coping* yang berorientasi pada penanganan masalah.

Selain melakukan upaya pemecahan masalah secara praktis, orang tua juga mengembangkan strategi *coping* yang berorientasi pada pengelolaan emosi. Proses ini berlangsung melalui refleksi diri dan pengalaman pengasuhan yang berulang hingga mendorong terbentuknya sikap penerimaan terhadap kondisi anak. Penerimaan tersebut bukan berarti menyerah, melainkan bentuk penyesuaian harapan dan perubahan cara pandang terhadap perkembangan anak. Seorang ibu dari Sampang menyampaikan, "Sekarang saya tidak lagi membandingkan anak saya dengan anak lain. Saya lebih fokus pada kemampuan yang dia punya" (Informan SMP-17). Proses penerimaan juga dialami oleh informan lain yang mengungkapkan perubahan cara pandang terhadap makna pengasuhan, sebagaimana terlihat dalam pernyataan, "Dulu saya marah sama diri sendiri, sekarang saya belajar ikhlas" (Informan PMK-14), dan "Saya anggap ini amanah, bukan hukuman" (Informan SPG-07). Catatan observasi menunjukkan bahwa orang tua yang memperlihatkan penerimaan terhadap kondisi anak cenderung menunjukkan kestabilan emosi yang lebih baik ketika berinteraksi dengan anak, termasuk saat menghadapi perilaku repetitif atau keterbatasan komunikasi. Dokumentasi berupa catatan reflektif orang tua juga mengindikasikan adanya perubahan pemaknaan, dari perasaan bersalah dan penolakan menuju sikap menerima dan berdamai dengan kondisi anak. Temuan ini menunjukkan bahwa penerimaan menjadi salah satu bentuk *emotion-focused coping*, yaitu upaya mengelola respons emosional ketika menghadapi kondisi yang tidak sepenuhnya dapat diubah.

Dalam praktik pengasuhan sehari-hari, situasi krisis, seperti tantrum atau perilaku agresif anak, menjadi salah satu kondisi yang paling menguras emosi orang tua. Pada situasi tersebut, strategi *coping* terlihat melalui upaya pengendalian diri dan pengelolaan emosi secara langsung. Seorang ayah dari Sumenep menuturkan, "Kalau dia tantrum, saya biasanya diam dulu, tarik napas, baru mendekat. Kalau saya ikut emosi, semuanya tambah sulit" (Informan SMP-19). Pengalaman serupa diungkapkan oleh informan lain yang menekankan pentingnya menahan reaksi emosional, "Kalau saya sudah capek sekali, biasanya saya menjauh sebentar supaya tidak lepas kontrol" (Informan PMK-15), serta "Saya belajar diam dulu daripada menyesal" (Informan SPG-09). Namun, catatan peristiwa kritis juga menunjukkan bahwa dalam kondisi kelelahan ekstrem, sebagian orang tua masih mengalami kesulitan mengendalikan emosi. Pengalaman tersebut disadari sebagai bagian dari proses belajar dan penyesuaian dalam mengasuh anak dengan ASD.

Dalam konteks sosial, strategi *coping* orang tua tidak dapat dilepaskan dari dukungan lingkungan sekitar. Hubungan dengan pasangan dan keluarga besar menjadi salah satu sumber kekuatan dalam menghadapi tekanan pengasuhan. Keterlibatan keluarga besar membantu mengurangi beban emosional maupun

praktis yang dialami orang tua. Seorang informan dari Sumenep menyatakan, “Kalau saya capek, neneknya yang bantu jaga anak. Saya jadi punya waktu untuk menenangkan diri” (Informan SMP-18). Dukungan keluarga besar juga dirasakan oleh informan lain, sebagaimana diungkapkan melalui pernyataan, “Kalau ada keluarga di rumah, saya merasa tidak sendirian” (Informan BKL-05), dan “Saudara-saudara ikut bantu, walau sekadar menemani” (Informan SPG-10). Dokumentasi berupa catatan komunikasi keluarga dan foto aktivitas bersama menunjukkan adanya keterlibatan keluarga besar dalam mendukung proses pengasuhan. Meskipun demikian, penelitian ini juga menemukan bahwa stigma sosial dan kurangnya pemahaman masyarakat mengenai ASD menjadi salah satu alasan sebagian orang tua membatasi interaksi sosial untuk menghindari tekanan psikologis tambahan.

Secara keseluruhan, strategi *coping* stres orang tua dalam mengasuh anak dengan ASD di Madura terbentuk melalui proses adaptasi yang berkelanjutan dan kontekstual. Strategi tersebut tidak muncul secara instan, melainkan berkembang melalui pengalaman emosional, tindakan praktis, dan refleksi diri yang berlangsung secara terus-menerus. Pola ini menunjukkan bahwa *coping* stres merupakan proses penyesuaian diri yang berkembang seiring dengan meningkatnya pemahaman orang tua terhadap kondisi anak dan kebutuhan pengasuhannya. Dalam perspektif teori stres dan *coping*, (Lazarus & Folkman, 1984) menjelaskan bahwa *coping* merupakan proses dinamis yang dilakukan individu untuk mengelola tuntutan internal maupun eksternal yang dinilai melampaui sumber daya yang dimilikinya. Dengan demikian, strategi *coping* tidak bersifat tunggal atau statis, tetapi berkembang melalui interaksi individu dengan situasi, konteks sosial, dan sistem nilai yang dianut. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa orang tua di Madura mengembangkan strategi *coping* yang beragam, adaptif, dan kontekstual. Secara teoretis, strategi tersebut dapat dikaitkan dengan dua kategori utama *coping* menurut (Lazarus & Folkman, 1984), yaitu *problem-focused coping* dan *emotion-focused coping*. Namun, dalam praktik pengasuhan, kedua strategi tersebut tidak selalu hadir secara terpisah, melainkan saling melengkapi dan dipengaruhi oleh nilai budaya serta keyakinan religius.

Strategi *problem-focused coping* terlihat melalui upaya orang tua dalam mencari informasi, mengakses layanan terapi, menyesuaikan pola pengasuhan, serta membangun rutinitas yang sesuai dengan kebutuhan anak dengan ASD. Dalam perspektif teori *coping*, tindakan tersebut mencerminkan upaya aktif individu untuk mengatasi atau mengelola sumber tekanan secara langsung. Pelaksanaannya juga berkaitan dengan ketersediaan sumber daya sosial dan ekonomi, dukungan keluarga besar, serta lingkungan sekitar. Sementara itu, strategi *emotion-focused coping* terlihat melalui upaya orang tua mengelola respons emosional ketika menghadapi kondisi anak yang tidak selalu dapat diubah sesuai harapan. Dalam situasi tersebut, pengelolaan emosi menjadi mekanisme adaptif yang penting untuk mempertahankan keseimbangan psikologis individu (Andriyani, 2019)). Temuan penelitian ini memperlihatkan bentuk pengelolaan emosi melalui penerimaan terhadap kondisi anak, pengendalian reaksi ketika anak mengalami tantrum, serta upaya menenangkan diri saat menghadapi tekanan

pengasuhan. Dengan demikian, orang tua mengembangkan berbagai bentuk *coping* emosional, seperti penerimaan, kesabaran, pengendalian emosi, dan pencarian ketenangan batin.

Jika dikaitkan dengan perspektif psikologi Islam, strategi *coping* emosional yang ditemukan dalam penelitian ini tidak hanya dapat dipahami sebagai mekanisme psikologis individual, tetapi juga berkaitan dengan *religious coping*. Dalam perspektif ini, stres dan ujian kehidupan dapat dimaknai sebagai bagian dari perjalanan hidup manusia, sedangkan *coping* dapat diwujudkan melalui sikap sabar, ikhlas, tawakal, dan ridha (Ikhwanisifa, 2022; Sayyidah et al., 2022). Nilai-nilai tersebut tidak hanya menjadi konsep normatif, tetapi juga dapat berfungsi sebagai sumber daya psikologis (*psychological resources*) yang membantu orang tua menghadapi tekanan pengasuhan dan mempertahankan ketahanan psikologis (Astuti & Bashori, 2025).

Temuan bahwa sebagian orang tua memaknai anak dengan ASD sebagai amanah dan ujian berkaitan dengan konsep *meaning-making* dalam kajian *coping* modern. Konsep ini menekankan bahwa kemampuan individu dalam memberikan makna terhadap peristiwa yang menimbulkan stres berperan dalam proses adaptasi psikologis ((Park, 2016; Rahman & Kuswanjono, 2025). Dalam konteks penelitian ini, perspektif psikologi Islam memberikan kerangka pemaknaan spiritual yang membantu sebagian orang tua memandang pengasuhan bukan semata-mata sebagai beban, melainkan sebagai tanggung jawab yang memiliki nilai spiritual (Ahmad, 2015; Rizqi, 2021). Dari sudut pandang sosial budaya, strategi *coping* orang tua di Madura juga memperlihatkan keterkaitan dengan nilai-nilai budaya yang tercermin dalam pengalaman informan, seperti kesabaran, keteguhan hati, kepatuhan terhadap norma sosial, serta penghormatan kepada orang tua dan tokoh agama. Nilai-nilai tersebut menjadi salah satu kerangka yang memengaruhi cara sebagian orang tua menghadapi tekanan pengasuhan dan mempertahankan diri dalam situasi sulit (Ramadlan, 2013).

Temuan penelitian ini memperlihatkan pola *coping* yang memadukan nilai budaya lokal dan religiusitas, yang dalam pembahasan ini dapat dipahami sebagai *coping* religio-kultural. Pola tersebut mencakup pengelolaan emosi, pemaknaan spiritual, dan penyesuaian sosial (Darmawanti, 2012). Dalam kerangka ini, *coping* tidak hanya berkaitan dengan upaya mengurangi stres, tetapi juga dengan usaha menjaga keharmonisan sosial, stabilitas keluarga, dan keselarasan dengan nilai-nilai moral yang dianut komunitas. Dengan demikian, strategi *coping* orang tua yang mengasuh anak dengan ASD di Madura perlu dipahami dengan mempertimbangkan keterkaitan antara kondisi psikologis, nilai budaya, dan keyakinan agama. Ajaran Islam dan nilai budaya lokal menjadi bagian dari kerangka pemaknaan yang memengaruhi cara orang tua menghadapi tekanan pengasuhan serta memahami pengalaman hidupnya.

2. Peran Nilai-Nilai Budaya Lokal dan Ajaran Agama Islam dalam Membentuk Strategi Coping Stres Orang Tua Menghadapi Tantangan Pengasuhan Anak dengan Autism Spectrum Disorder (ASD) di Madura

   Berdasarkan pengalaman informan, nilai budaya lokal dan keyakinan keagamaan menjadi bagian dari kerangka pemaknaan yang digunakan orang tua di

Madura dalam menghadapi kesulitan hidup, termasuk ketika mengasuh anak dengan *Autism Spectrum Disorder* (ASD). Nilai-nilai tersebut memberikan pedoman moral sekaligus menjadi salah satu sumber kekuatan batin dalam menghadapi tekanan pengasuhan. Bagi sebagian orang tua, keberadaan anak dengan ASD tidak semata-mata dipahami sebagai persoalan medis atau psikologis, tetapi juga dimaknai melalui nilai budaya lokal dan ajaran agama Islam yang turut memengaruhi cara mereka bersikap dan merespons tekanan pengasuhan. Pemaknaan tersebut terlihat dalam pernyataan seorang informan, "Saya tidak melihat ini hanya soal sakit atau tidak, tapi soal bagaimana kami sebagai orang tua diuji" (Informan BKL-01). Informan lain dari Sampang juga menyatakan, "Kalau dilihat dari iman, ini bukan musibah semata" (Informan SPG-06).

Dalam pengalaman informan, nilai kesabaran (*sabar*), keteguhan hati, dan sikap pasrah (*pasrah ka Gusti Allah*) menjadi bagian dari cara mereka menghadapi kondisi yang dianggap berada di luar kendali manusia. Nilai-nilai tersebut tercermin dalam cara orang tua menafsirkan kondisi anak sekaligus membangun strategi *coping* secara bertahap. Seorang ibu dari Kabupaten Pamekasan mengungkapkan, "Orang Madura itu diajari sabar. Anak ini titipan, jadi ya harus dijalani dengan kuat" (Informan PMK-02). Nilai kesabaran juga disampaikan oleh informan lain yang menekankan keteguhan mental sebagai bagian dari pengalaman hidupnya, "Orang tua di sini diajari tahan banting, tidak mudah mengeluh" (Informan BKL-03), dan "Kalau sudah pasrah ke Allah, hati lebih ringan" (Informan PMK-12). Catatan observasi menunjukkan bahwa sikap sabar tersebut tampak dalam pola interaksi orang tua dengan anak, seperti penggunaan nada bicara yang lembut, pengulangan instruksi tanpa paksaan, serta kesediaan menyesuaikan ritme aktivitas anak dengan kondisinya.

Selain nilai kesabaran, penerimaan terhadap takdir Allah juga menjadi salah satu kerangka pemaknaan religius yang digunakan orang tua dalam menghadapi kondisi anak. Sejumlah informan memaknai kehadiran anak dengan ASD sebagai bagian dari ketentuan Allah yang perlu diterima dengan lapang dada. Seorang informan dari Sampang menyatakan, "Saya yakin ini sudah takdir dari Allah. Kalau sudah yakin begitu, hati jadi lebih tenang" (Informan SMP-04). Pandangan tersebut diperkuat oleh pernyataan informan lain, "Saya percaya Allah sudah mengatur semuanya, tugas saya hanya menjalaninya" (Informan SPG-07), serta "Kalau sudah yakin ini ketentuan-Nya, marah tidak ada gunanya" (Informan SMP-16). Hasil observasi reflektif juga menunjukkan bahwa pemaknaan terhadap takdir tercermin dalam sikap orang tua ketika menghadapi situasi sulit, seperti tantrum atau perkembangan anak yang tidak sesuai dengan harapan. Temuan ini memperlihatkan bahwa keyakinan terhadap takdir menjadi salah satu sumber pemaknaan yang membantu sebagian orang tua menghadapi ketidakpastian dalam proses pengasuhan.

Ajaran agama Islam juga menjadi salah satu sumber dukungan spiritual bagi orang tua dalam menghadapi tekanan pengasuhan. Praktik ibadah, seperti salat, doa, zikir, dan tawakal, digunakan oleh sejumlah informan untuk memperoleh ketenangan batin dan menguatkan diri. Seorang ayah dari Bangkalan mengungkapkan, "Kalau saya sudah sangat capek, saya shalat dan berdoa. Di situ

saya merasa lebih kuat" (Informan BKL-03). Praktik ibadah sebagai penopang emosional juga dirasakan oleh informan lain, sebagaimana disampaikan melalui pernyataan, "Kalau sudah lelah sekali, saya dzikir supaya hati tenang" (Informan PMK-14), dan "Shalat itu seperti tempat mengadu paling aman" (Informan SMP-18). Observasi menunjukkan bahwa beberapa orang tua meluangkan waktu khusus untuk beribadah setelah menghadapi situasi pengasuhan yang menegangkan sebagai upaya menenangkan diri dan mengelola emosi. Dokumentasi berupa foto kegiatan ibadah keluarga, catatan doa, dan jadwal pengajian menunjukkan bahwa praktik keagamaan menjadi bagian dari strategi *coping* stres yang dijalankan oleh sebagian informan.

Pemaknaan religius terhadap keberadaan anak dengan ASD juga berkaitan dengan cara orang tua memahami peran dan tanggung jawab pengasuhan. Sejumlah informan mengaitkan tanggung jawab tersebut dengan nilai amanah dan pembelajaran spiritual. Seorang ibu dari Sumenep menuturkan, "Saya yakin anak ini amanah. Kalau saya ikhlas merawatnya, pasti ada hikmahnya" (Informan SMP-01). Pemaknaan religius juga muncul dalam pernyataan informan lain yang memandang pengasuhan sebagai sarana pembelajaran spiritual, "Anak ini mengajarkan saya sabar yang sebenarnya" (Informan SPG-09), serta "Saya merasa lebih dekat dengan Allah sejak merawat anak ini" (Informan PMK-15). Catatan dokumentasi berupa tulisan reflektif orang tua memperlihatkan bahwa sebagian informan memaknai pengalaman pengasuhan sebagai sarana pembelajaran spiritual dan upaya mendekatkan diri kepada Allah.

Interaksi antara nilai budaya lokal dan ajaran agama Islam juga tercermin dalam pengalaman informan ketika mencari nasihat dan dukungan dari tokoh agama maupun sesepuh keluarga. Prinsip *bhupa' bhabhu' ghuru rato*, yang menekankan penghormatan kepada orang tua, guru, dan pemimpin, dapat dipahami sebagai salah satu kerangka nilai yang berkaitan dengan sikap tersebut. Seorang informan dari Pamekasan menyampaikan, "Saya sering minta nasihat kiai. Kata beliau, jalani dengan sabar dan jangan putus doa" (Informan PMK-04). Informan lain mengakui peran tokoh agama sebagai sumber ketenangan batin, "Nasihat kiai membuat saya tidak merasa sendirian" (Informan BKL-05), dan "Kalau sudah dapat dawuh dari orang alim, hati jadi lebih mantap" (Informan SPG-10). Dokumentasi berupa catatan ceramah dan rekomendasi tokoh agama menunjukkan bahwa keterlibatan tokoh agama tidak hanya bersifat normatif, tetapi juga menjadi salah satu sumber dukungan psikologis dan spiritual yang dirasakan oleh informan.

Dalam konteks sosial yang lebih luas, religiusitas dan nilai budaya lokal turut memengaruhi cara orang tua menghadapi stigma serta pandangan masyarakat terhadap anak dengan ASD. Sebagian orang tua memilih bersikap terbuka dan menjelaskan kondisi anak sebagai bentuk edukasi sosial, sedangkan sebagian lainnya memilih bersikap lebih tertutup untuk melindungi diri dari tekanan sosial. Observasi interaksi sosial menunjukkan bahwa terdapat orang tua yang mampu merespons penilaian negatif dengan tenang. Dalam wawancara, sikap tersebut berkaitan dengan cara mereka memaknai situasi sebagai ujian kesabaran dan bagian dari perjalanan hidup yang perlu dijalani dengan ikhlas. Hal ini juga

tercermin dalam pernyataan informan yang memilih menguatkan diri secara internal, “Saya tidak bisa mengontrol omongan orang, tapi saya bisa menjaga hati saya” (Informan SMP-19), serta “Selama saya yakin di jalan yang benar, saya tidak terlalu memikirkan penilaian orang” (Informan SMP-20). Secara keseluruhan, temuan penelitian menunjukkan bahwa nilai budaya lokal dan ajaran agama Islam menjadi bagian dari kerangka pemaknaan orang tua dalam menghadapi tekanan pengasuhan anak dengan ASD. Perpaduan nilai budaya dan ajaran agama tersebut menunjukkan bahwa strategi *coping* orang tua tidak hanya berlangsung pada tingkat individual, tetapi juga berkaitan dengan dukungan sosial dan pemaknaan spiritual. Dengan demikian, pengalaman pengasuhan anak dengan ASD di Madura perlu dipahami dengan mempertimbangkan keterkaitan antara aspek psikologis, sosial, budaya, dan keagamaan.

Dalam konteks penelitian ini, nilai keteguhan, daya tahan, dan orientasi moral dalam menghadapi kesulitan hidup tercermin dalam pengalaman sejumlah informan (Ramadlan, 2013). Nilai kesabaran (*sabar*), keteguhan hati, dan kepasrahan kepada Allah bukan dipahami sebagai sikap pasif, melainkan sebagai bentuk kekuatan batin untuk tetap bertahan dalam situasi yang berat. Dalam perspektif teori *coping*, nilai-nilai tersebut dapat dipahami sebagai kerangka penilaian kognitif (*cognitive appraisal framework*) yang membentuk cara orang tua menilai kondisi anak dengan ASD. Kondisi anak tidak semata-mata dipandang sebagai sumber penderitaan, tetapi juga sebagai realitas kehidupan yang perlu dihadapi dengan penuh tanggung jawab (Istiningtyas, 2016).

Temuan penelitian juga memperlihatkan bahwa sebagian informan memilih mengendalikan ekspresi emosi negatif ketika berada di ruang publik. Sikap tersebut dapat dipahami dalam kaitannya dengan nilai kehormatan keluarga dan harapan sosial untuk tetap menunjukkan keteguhan. Dalam perspektif *coping* berbasis budaya, mekanisme ini dapat dikaitkan dengan regulasi emosi (*emotion regulation*) yang dipengaruhi oleh norma sosial. Meskipun pengendalian emosi dapat membatasi ekspresi perasaan secara terbuka, penelitian ini belum dapat memastikan dampaknya terhadap stabilitas relasi sosial atau pencegahan konflik. Oleh karena itu, praktik tersebut lebih tepat dipahami sebagai salah satu cara sebagian informan mengelola respons emosional dalam lingkungan sosialnya (Supriatna et al., 2024).

Ajaran agama Islam selanjutnya menjadi bagian dari kerangka spiritual yang digunakan orang tua dalam memaknai dan menghadapi tekanan pengasuhan. Konsep-konsep keagamaan seperti amanah, ujian, sabar, ikhlas, tawakal, dan ridha tidak hanya berfungsi sebagai narasi normatif, tetapi juga menjadi landasan pemaknaan yang membantu orang tua mengelola emosi dan memahami pengalaman pengasuhannya (Sukma et al., 2023). Dalam kerangka psikologi Islam, *coping* religius dipandang sebagai proses penyelarasan kondisi psikologis individu dengan kehendak Ilahi sehingga individu dapat memperoleh makna spiritual ketika menghadapi tekanan kehidupan (Astuti & Bashori, 2025). Temuan mengenai praktik ibadah, seperti salat, doa, zikir, dan pengajian sebagai sumber ketenangan batin, dapat dijelaskan melalui konsep *religious coping* yang dikembangkan dalam kajian Pargament (Imran & Leng, 2025; Xu, 2016). Dalam

literatur, *coping* religius positif, seperti penyerahan diri kepada Allah dan pencarian makna spiritual, dikaitkan dengan upaya menghadapi tekanan dan kesejahteraan psikologis (Anis Sintya & Ike Utia Ningsih, 2025; Fahrozi et al., 2024; Ikhwanisifa, 2022).

Dalam konteks orang tua anak dengan ASD di Madura, praktik keagamaan dapat menjadi ruang refleksi untuk mengelola emosi dan memaknai kondisi yang dihadapi. Lebih jauh, ajaran Islam turut membentuk cara orang tua memahami relasi dengan anak. Pemaknaan anak sebagai amanah menunjukkan bahwa sebagian orang tua tidak semata-mata memandang kondisi anak sebagai persoalan yang harus diatasi, tetapi juga sebagai bagian dari tanggung jawab pengasuhan yang memiliki nilai spiritual (Rivi Amali et al., 2021). Perspektif ini selaras dengan prinsip psikologi Islam yang menempatkan manusia sebagai makhluk mulia (*insan karim*), sehingga pengasuhan tidak hanya berorientasi pada pencapaian perkembangan fungsional, tetapi juga pada nilai kasih sayang, kesabaran, dan tanggung jawab moral (Abidin et al., 2018). Dalam ranah sosial, nilai budaya Madura dan ajaran Islam bertemu dalam praktik dukungan kolektif yang melibatkan keluarga besar dan tokoh agama. Keterlibatan orang tua, mertua, saudara, serta kiai atau ustaz dalam memberikan nasihat dan penguatan spiritual menunjukkan bahwa *coping* tidak sepenuhnya bersifat individual. Dalam perspektif *social coping*, dukungan sosial merupakan salah satu sumber daya yang dapat membantu individu menghadapi tekanan. Berdasarkan pengalaman informan dalam penelitian ini, dukungan tersebut diwujudkan melalui pemberian nasihat, pendampingan, serta penguatan moral dan spiritual (Rendani & Fatmawati, 2021; Sulistyorini, 2018).

Temuan penelitian ini memperlihatkan bahwa perpaduan nilai budaya dan ajaran agama turut mewarnai cara orang tua menjalani pengasuhan anak dengan ASD. Pola tersebut dapat dipahami sebagai orientasi untuk tetap bertahan dalam menghadapi tuntutan pengasuhan yang berlangsung dalam jangka panjang. Orang tua tidak hanya berfokus pada upaya mengurangi stres dalam jangka pendek, tetapi juga pada kemampuan menerima kondisi anak sebagai bagian dari perjalanan kehidupan (Nurhidayah et al., 2022). Dalam perspektif kajian budaya, pola ini mencerminkan orientasi waktu yang bersifat futuristik-transendental, yaitu pemaknaan kehidupan yang tidak hanya diukur berdasarkan capaian duniawi, tetapi juga berdasarkan nilai keberkahan dan pahala (Ma'ruf, 2019). Dengan demikian, temuan penelitian ini menunjukkan bahwa nilai budaya Madura dan ajaran agama Islam menjadi bagian dari struktur makna yang memengaruhi cara orang tua memahami dan menjalankan strategi *coping* stres dalam mengasuh anak dengan ASD. *Coping* tidak sekadar menjadi respons psikologis terhadap tekanan, tetapi juga merupakan praktik kehidupan yang sarat dengan makna religius dan kultural. Hal ini menunjukkan pentingnya mempertimbangkan konteks budaya dan agama dalam memahami pengalaman psikologis keluarga yang mengasuh anak berkebutuhan khusus.

E. Simpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa pengalaman stres orang tua dalam mengasuh anak dengan *Autism Spectrum Disorder* (ASD) di Madura berkaitan erat dengan konteks budaya lokal dan ajaran agama Islam. Strategi *coping* yang digunakan meliputi upaya pemecahan masalah, pengelolaan emosi, dan pemaknaan spiritual. Upaya praktis, seperti mencari layanan terapi, mengatur rutinitas pengasuhan, dan mengelola waktu, berjalan berdampingan dengan penerimaan terhadap kondisi anak, doa, tawakal, serta pemaknaan religius terhadap pengalaman pengasuhan. Temuan ini memperlihatkan bahwa strategi *coping* orang tua tidak hanya berkaitan dengan respons psikologis individual, tetapi juga dipengaruhi oleh nilai budaya dan keyakinan keagamaan yang melingkupi pengalaman pengasuhan.

Selain itu, nilai kesabaran, keteguhan hati, penghormatan terhadap tokoh agama, dukungan keluarga, serta pemaknaan anak sebagai amanah dan ujian menjadi bagian dari kerangka pemaknaan orang tua dalam menghadapi tekanan pengasuhan. Kontribusi penelitian ini terletak pada pemahaman bahwa strategi *coping* orang tua anak dengan ASD perlu dikaji dengan mempertimbangkan keterkaitan antara aspek psikologis, budaya lokal, dan religiusitas. Secara praktis, temuan ini dapat menjadi bahan pertimbangan bagi pendamping, tenaga pendidikan, dan penyedia layanan keluarga dalam mengembangkan dukungan pengasuhan yang responsif terhadap latar belakang budaya dan agama keluarga. Penelitian ini memiliki keterbatasan karena menggunakan pendekatan fenomenologis dengan melibatkan 20 orang tua dari empat kabupaten di Madura. Oleh karena itu, temuan penelitian merepresentasikan pengalaman informan dalam konteks tertentu dan tidak dimaksudkan untuk digeneralisasikan kepada seluruh keluarga yang memiliki anak dengan ASD.

DAFTAR PUSTAKA

Ahmad, N. (2015). Spiritual Melalui Pendekatan Psikologi Islam. *Konseling Religi*, *6*(2), 277–298.

Andriyani, J. (2019). (Musradinur, 2016). *Bimbingan Dan Konseling Islam*, *2*(2), 37–55.

Anis Sintya, & Ike Utia Ningsih. (2025). Peran Sholat Dalam Mengurangi Stres dan Kecemasan. *Journal of Psychology and Social Sciences*, *3*(2), 62–70. https://doi.org/10.61994/jpss.v3i2.1059

Asirotul Ma'rifah, Naning Puji Suryantini, R. M. (2018). No Titleیی بب. *Journal of Health Sciences*, *11*(2), 196–204.

Astiti, G. A. A. S. L. C., & Valentina, D. T. (2024). Kesejahteraan Psikologis Orang Tua Dengan Anak Berkebutuhan Khusus: Literature Review. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, *4*(1), 8214–8228.

Astuti, L., & Bashori, B. (2025). Kajian Semantik Tawakkal dalam Al-Qur'an: Relevansinya terhadap Konsep Coping dan Psikologi Resiliensi. *Fathir: Jurnal Studi Islam*, *2*(2), 308–323. https://doi.org/10.71153/fathir.v2i2.283

Biahimo, N. U. I., & Firmawati, F. (2022). Strategi Koping Dengan Tingkat Stres Ibu Dalam Penerimaan Anak Autis Di Slb Kota Gorontalo. *Zaitun (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, *9*(2). https://doi.org/10.31314/zijk.v9i2.1378

Bunyamin, A. (2023). MENGELOLA STRES DENGAN PENDEKATAN ISLAMI DAN PSIKOLOGIS. *Jurnal Idaarah*, *5*(1), 145–159.

Darmawanti, I. (2012). Dengan Kemampuan Dalam Mengatasi. *Jurnal Psikologi Dan Terapan*, *2*, 2.

Darwati, Y. (2022). *Keywords : 6*(1), 1–16.

Daulay, N., Ramdhani, N., & Hadjam, N. R. (2020). Validity and Reliability of Parenting Stress Construct among Mothers of Children with Autistic Spectrum Disorder. *Jurnal Psikologi*, *47*(1), 1. https://doi.org/10.22146/jpsi.43744

Fahrozi, Renata Uska Nurmala, Vani Ramadhanti, Niken Destian Putri, Sinta Wulandari, Nabila Septia, Ensilia Junisya Putri, Dina Anggraini, Kaltsum Ulima Syafiqah.K, & Dwi Reza Farlesti. (2024). Praktik Ibadah Dalam Menghasilkan Kecerdasan Spiritual dan Ketenangan Jiwa. *Proceeding Conference on Da'wah and Communication Studies*, *3*, 12–19. https://doi.org/10.61994/cdcs.v3i1.91

Ikhwanisifa, R. (2022). Religious Coping dan. *Jurnal Psikologi*, *18*(1), 44–50.

Khoirunnisa, K., Aquino, A., Parestorian, P. H., & Kurniawan, K. (2023). Strategi Coping Stres Orang Tua yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus: A Scoping Review. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, *11*(1), 110. https://doi.org/10.26714/jkj.11.1.2023.110-120

Ma'ruf, M. G. (2019). Hubungan Konsep Diri dan Self Control dengan Kebermaknaan Hidup. *Indonesian Psychological Research*, *1*(1), 11–24. https://doi.org/10.29080/ipr.v1i1.166

Muzayyanah, N., & Ersy Azheema Huda. (2023). The special parents for special children: A qualitative study. *Psychological Journal: Science and Practice*, *3*(2), 191–198. https://doi.org/10.22219/pjsp.v3i2.27985

Nurhidayah, I., Hidayat, M. N., & Sutini, T. (2022). Parents' Coping Strategies in Caring for Children with Special Needs: A Narrative Review. *Jurnal Aisyah : Jurnal Ilmu Kesehatan*, *7*(3), 741–748. https://doi.org/10.30604/jika.v7i3.1010

Park, C. L. (2016). Meaning Making in the Context of Disasters. *Journal of Clinical Psychology*, *72*(12), 1234–1246. https://doi.org/10.1002/jclp.22270

Rahma, F. T., Winarsunu, T., & Sutoko, I. (2024). Great Mother for Special Needs Children: A Qualitative Study of The Role of A Single Mother. *Scientia*, *3*(1), 141–147. https://doi.org/10.51773/sssh.v3i1.265

Rahman, M. S. A., & Kuswanjono, A. (2025). Filsafat Penerimaan Dalam Kesehatan Mental: Nrimo ing Pandum sebagai Mekanisme Coping di Era Modern. *Jurnal Filsafat Indonesia*, *8*(2), 247–256. https://doi.org/10.23887/jfi.v8i2.87305

Ramadlan, M. F. S. (2013). Revitalisasi Dimensi Budaya dalam Pembangunan Berkelanjutan di Madura Melalui Peran Kiai dan Pesantren. *Karsa: Journal of Social and Islamic Culture*, *21*(1), 73–87.

Rendani, I. P., & Fatmawati, A. (2021). Hubungan Dukungan Sosial Orantua dan Perkembangan Emosional Terhadap Proses Berfikir Anak Autis. *JPI (Jurnal Pendidikan Inklusi)*, *4*(2), 153. https://doi.org/10.26740/inklusi.v4n2.p153-163

Rivi Amali, Lare Annisa Agustin, & M. Ryamiraz Adam. (2021). Communication Between Parents and Children With Special Needs With Autism in Understanding the Problem of Worship. *At-Tanzir: Jurnal Ilmiah Prodi Komunikasi Penyiaran Islam*, 233–250. https://doi.org/10.47498/tanzir.v12i2.697

Rizqi, M. A. (2021). Pelatihan Parenting Berbasis Spiritual Untuk Mengurangi Stres Pengasuhan. *Seurune : Jurnal Psikologi Unsyiah*, *4*(2), 129–149. https://doi.org/10.24815/s-jpu.v4i2.22112

Sari, C. R., & Rahmasari, D. (2019). *Strategi Komunikasi Orang tua Pada Anak Autis*. 171–179.

Sari, C. W. M., Sumarni, N., & Sri, R. (2019). Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Hubungan Stres Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kadungora Kabupaten Garut. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, *4*(2), 148–154.

Sayyidah, A., Mardhotillah, R., Sabila, N., & Rejeki, S. (2022). Peran Religiusitas Islam dalam Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Rifda Nafisa Mardhotillah Nur Alfiana Sabila Sri Rejeki. *Jurnal Psikologi Islam*, *13*(September), 103–3.

Solaiman, M. A., Morshed, A. S. M., Morshed, N. M., Mullick, M. S. I., Rahman, M., & Ahmed, S. (2023). Psychological Distress and Perceived Burden Among Bangladeshi Parents of Children with Autism Spectrum Disorder: A Cross-sectional Study. *Psychological Studies*, *68*(3), 319–325. https://doi.org/10.1007/s12646-023-00720-y

Sukma, S., Hendri, Patimah, S., & Makbulloh, D. (2023). Strategi Manajemen Stres dalam Perspektif Islam Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung. *Jurnal Mahasiswa Pendidikan Agama Islam*, *4*(1), 33–42.

Sulistyorini, L. (2018). Autis, dukungan keluarga, HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA DENGAN PENERIMAAN DIRI IBU ANAK AUTIS DI SDLB-B DAN AUTIS. *Jurnal Keperawatan Malang*, *3*(1), 45–56. https://doi.org/10.36916/jkm.v3i1.55

Supriatna, E., Nurjaman, K., Sulastri, L., Pikri, F., Irwandi, & Sari, A. L. (2024). Mengubah Konflik Menjadi Harmoni: Pendekatan Baru Dalam Penguatan Ketahanan Keluarga Di Indonesia. *Indonesian Journal of Studies on Humanities, Social Sciences and Education*, *1*(2), 110–130. https://doi.org/10.54783/pct0tq17

Syukri Zainal Abidin, M., Zarrina Sa'ari, C., & Syed Abdul Rahman, S. M. H. (2018). Pendekatan Psikoterapi Islam Terhadap Kanak-kanak Muslim Autistik. *UKM Journal Article Repository*, *88*(April), 65–73.

Xu, J. (2016). Pargament's Theory of Religious Coping: Implications for Spiritually Sensitive Social Work Practice. *British Journal of Social Work*, *46*(5), 1394–1410. https://doi.org/10.1093/bjsw/bcv080

Zedadra, O., Guerrieri, A., Jouandeau, N., Seridi, H., Fortino, G., Spezzano, G., Pradhan-Salike, I., Raj Pokharel, J., The Commissioner of Law, Freni, G., La Loggia, G., Notaro, V., McGuire, T. J., Sjoquist, D. L., Longley, P., Batty, M., Chin, N., McNulty, J., TVERSK, K. A. A., … Thesis, A. (2019). No 主観的健康感を中心とした在宅高齢者における 健康関連指標に関する共分散構造分析Title. *Sustainability (Switzerland)*, *11*(1), 1–14.