

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Attention Deficit hyperactivity Disorder (ADHD), merupakan istilah bagi individu dengan gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktif. ADHD termasuk dalam gangguan neurodevelopmental (gangguan perkembangan syaraf) yang prevalensinya relatif tinggi pada populasi anak, yaitu sekitar 5% sampai 12% (APA, 2022; dalam Jelinkova et al., 2024) Berdasarkan data Badan Pusat Statistik, Indonesia memiliki sekitar 1,6 juta anak berkebutuhan khusus, dengan prevalensi gejala ADHD sebesar 15,1% ditemukan secara spesifik di Surabaya (Ayu & Setiawati, 2024; dalam Yusnia & Kurniadewi, 2025). Kondisi anak ADHD dengan beberapa gejalanya tersebut menjadi tantangan yang harus dihadapi ibu dalam pengasuhannya.

Ibu umumnya sebagai pengasuh utama dalam koordinasi perawatan anak, seringkali dihadapkan pada stres yang cukup besar dalam kehidupan sehari-hari. Sebagian besar ibu yang mengasuh anak ADHD mengalami kelelahan yang parah, isolasi sosial, serta perasaan kewalahan akibat tingginya tuntutan pengasuhan anak. Temuan penelitian menunjukkan bahwa kualitas hidup ibu dari anak ADHD maupun gangguan perkembangan serius lainnya berada pada tingkat yang lebih rendah dibandingkan dengan ibu yang memiliki anak dengan perkembangan normal (Quatrosi et al., 2025).

Selain itu Ibu juga menghadapi masalah eksternal seperti kesulitan dalam berinteraksi sosial, adanya persepsi dan stigma dari masyarakat terhadap ADHD. Stigma ini sering berakar pada kesalahpahaman mengenai ADHD, yang seringkali dipandang sebagai bentuk kenakalan, kemalasan, atau akibat dari pengasuhan yang buruk, bukan sebagai gangguan neurodevelopmental (Nguyen & Hinshaw, 2020). Ozaslan & Yildirim (2021) menambahkan bahwa stigma tidak hanya datang dari masyarakat luas, tetapi juga dapat terinternalisasi oleh orang tua, terutama ibu, yang kemudian berdampak pada penurunan harga diri dan peningkatan stres pengasuhan.

Beberapa penelitian telah menunjukkan bahwa kesulitan emosional dan perilaku anak memprediksi tingkat stres orang tua yang lebih tinggi seiring berjalannya waktu (Baker et al., 2023; dalam Pardo-Salamanca et al., 2025). Riany, Cuskelly, dan Meredith (2021) menemukan bahwa stres pengasuhan yang tinggi mengurangi kedekatan emosional ibu dan anak serta memengaruhi keseimbangan interaksi keluarga. Namun tidak semua orang tua terdampak negatif, beberapa dari mereka memiliki kemampuan beradaptasi yang baik meskipun dalam situasi yang sulit dan penuh tekanan. Hal tersebut dikarenakan dengan adanya kompleksitas tantangan pengasuhan yang dihadapi ibu dari anak dengan ADHD ini, menuntut orang tua terutama ibu untuk memiliki kemampuan adaptasi psikologis yang optimal, mampu mempertahankan kesejahteraan psikologisnya serta menjalankan peran pengasuhan secara adaptif meskipun dihadapkan pada tekanan yang berkelanjutan, agar kualitas pengasuhan anak tetap sehat dan optimal. Kemampuan orang tua beradaptasi dalam situasi yang sulit dan penuh tekanan ini merujuk pada resiliensi.

Resiliensi menjadi indikator penting dari kemampuan ibu untuk bertahan, bangkit, dan menyesuaikan diri secara konstruktif terhadap tuntutan pengasuhan yang kompleks dan berkelanjutan dalam konteks pengasuhan anak dengan ADHD. Menurut Cappe et al. (2011; dalam Widyawati et al., 2022), orang tua dari anak dengan gangguan perkembangan yang dapat menyesuaikan diri dengan baik terhadap situasi mereka hadapi terbukti mampu meningkatkan kualitas hidup anak yang lebih tinggi. Khademloo, Ahmadi, Bagheri (2016) menunjukkan bahwa ibu yang memiliki anak dengan ADHD menghadapi beban psikologis yang lebih berat dibanding ibu dari anak tipikal, baik dalam aspek kesehatan mental maupun kemampuan beradaptasi terhadap stres. Namun resiliensi ibu tidak muncul dengan sendirinya, perlu adanya sumber daya yang dapat memperkuat resiliensi. Suzuki et al. (2013) dalam penelitiannya menyatakan bahwa resiliensi orang tua didukung oleh sumber daya internal seperti pandangan positif, keterampilan, strategi koping, dan efikasi diri serta sumber daya eksternal, seperti dukungan sosial.

Dukungan sosial menjadi salah satu faktor eksternal penting yang dapat membantu ibu dalam mengurangi stres pengasuhan dan meningkatkan resiliensi. Menurut Widyawati, Rachmayani, dan Kusuma, (2023), dukungan sosial berperan

sebagai faktor protektif dalam memperkuat kemampuan ibu menghadapi stres, meningkatkan ketahanan psikologis, dan memperkuat strategi koping adaptif. Dukungan sosial merujuk pada penilaian subjektif individu bahwa mereka akan dapat menerima dukungan dan bantuan yang diinginkan pada saat dibutuhkan dari jaringan sosial di sekitarnya termasuk pasangan, kerabat, teman, rekan kerja, atau komunitas, yang bermanfaat bagi kesehatan fisik dan psikologis individu (Park & Lee, 2022). Kualitas dukungan informal, seperti yang diberikan oleh teman dan keluarga, telah terbukti efektif dalam mengurangi stres di antara ibu dari anak-anak dengan autisme dan ADHD (Drogomyretska et al., 2020; dalam Pardo-Salamanca et al., 2024). Ketika seseorang merasa didukung oleh lingkungannya, persepsi terhadap ancaman berkurang, dan kemampuan koping meningkat.

Berdasarkan analisis penelitian sebelumnya dukungan sosial sebagai faktor protektif berkaitan dengan penurunan stres dan peningkatan penyesuaian psikologis yang dapat memperkuat resiliensi orang tua (Widyawati, Rachmayani, & Kusuma, 2023). Namun demikian, sebagian besar studi masih memposisikan dukungan sosial sebagai prediktor langsung atau mediator terhadap stres pengasuhan dan kesejahteraan ibu (Angeline & Rathnasabapathy, 2023), sementara itu kajian yang secara spesifik menempatkan dukungan sosial sebagai variabel moderator dalam hubungan antara stres pengasuhan dan resiliensi ibu yang memiliki anak dengan ADHD masih terbatas. Sebagian besar penelitian merujuk pada stres pengasuhan pada ibu anak berkebutuhan khusus secara umum. Selain itu penelitian tentang stres pengasuhan dan dukungan sosial sebelumnya, banyak dilakukan dalam konteks budaya barat yang tentunya tidak dapat digeneralisasi dan berbeda dengan budaya Indonesia.

Di sisi lain dalam konteks budaya kolektivistik seperti Indonesia, dukungan sosial memiliki makna yang luas, mencakup dukungan keluarga besar dan komunitas, yang berpotensi menjadi pelindung penting dalam pengasuhan anak dengan kebutuhan khusus. Oleh karena itu, penelitian ini menjadi penting untuk mengisi kesenjangan penelitian dengan mengkaji peran moderasi dukungan sosial dalam pengaruh stres pengasuhan terhadap resiliensi ibu yang memiliki anak dengan ADHD.

Secara keseluruhan, urgensi penelitian ini terlihat dari tingginya tingkat stres pengasuhan yang dialami ibu dari anak dengan ADHD, keterbatasan dukungan sosial, dan implikasi negatif terhadap kesejahteraan psikologis ibu serta perkembangan anak. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan komprehensif dan aplikatif, baik secara teoritis maupun praktis, untuk pengembangan program intervensi, kebijakan, dan strategi dukungan sosial yang efektif.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang di atas, dapat diidentifikasi beberapa permasalahan yang muncul yaitu sebagai berikut :

- 1.2.1 Ibu yang memiliki anak dengan ADHD rentan mengalami stres pengasuhan yang tinggi akibat tuntutan atau beban pengasuhan yang kompleks.
- 1.2.2 Stres pengasuhan berpotensi menurunkan resiliensi ibu dalam menjalankan peran pengasuhan.
- 1.2.3 Tidak semua ibu menunjukkan penurunan resiliensi yang sama meskipun menghadapi tingkat stres pengasuhan yang sama.
- 1.2.4 Adanya faktor eksternal yang berperan sebagai faktor protektif dalam membantu menguatkan resiliensi ibu menghadapi stres pengasuhan.

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan berbagai permasalahan yang telah diidentifikasi, penelitian ini difokuskan pada kajian mengenai peran moderasi dukungan sosial dalam pengaruh stres pengasuhan terhadap resiliensi ibu yang memiliki anak dengan ADHD.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi dan pembatasan masalah yang telah dikemukakan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1.4.1 Apakah terdapat pengaruh stres pengasuhan terhadap resiliensi ibu yang memiliki anak dengan ADHD?
- 1.4.2 Apakah dukungan sosial memoderasi pengaruh stres pengasuhan terhadap resiliensi ibu yang memiliki anak dengan ADHD?

1.5 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh stres pengasuhan terhadap resiliensi, dengan menganalisis sejauhmana peran dukungan sosial dalam memoderasi pengaruh stres pengasuhan terhadap resiliensi ibu yang memiliki anak dengan ADHD.

1.6 Manfaat Hasil Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

Secara teoretis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya psikologi perkembangan, melalui pemahaman yang lebih mendalam mengenai mekanisme psikososial yang memengaruhi resiliensi ibu dengan anak ADHD. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat memperkaya literatur terkait peran dukungan sosial sebagai variabel moderator yang dapat memperlemah atau memperkuat pengaruh stres pengasuhan terhadap resiliensi. Selain itu, penelitian ini turut memperkuat landasan konseptual mengenai faktor-faktor protektif yang membantu ibu membangun resiliensi dalam konteks pengasuhan anak dengan ADHD, khususnya di Indonesia.

1.6.2 Manfaat praktis

Secara praktis, penelitian ini bermanfaat bagi ibu yang memiliki anak dengan ADHD dengan memberikan pemahaman mengenai pentingnya dukungan sosial dalam mempertahankan atau meningkatkan resiliensi saat menghadapi stres pengasuhan. Temuan penelitian juga dapat dimanfaatkan oleh psikolog, konselor, dan tenaga pendamping untuk merancang intervensi yang memperkuat jaringan dukungan sosial bagi keluarga. Selain itu, penelitian ini dapat menjadi rujukan bagi lembaga kesehatan, pendidikan, dan komunitas dalam mengembangkan program dan kebijakan yang lebih mendukung kesejahteraan psikologis ibu sebagai pengasuh utama.