

Pengaruh Dukungan Suami terhadap *Psychological Well-Being* melalui Resiliensi pada Ibu yang Memiliki Anak Autisme

Dina Hardina^{1*}, Femy Novalia², Fatwasari Dewi³, Muh. Syafiq Marzuqi⁴, Tatianningsih⁵

¹⁻⁵Program Studi Psikologi, Universitas Teknologi Nusantara, Jl. Kedung Halang Pemda, Pangkalan II No. 66, Kota Bogor, Jawa Barat

E-mail: dina.effendi475@gmail.com

* Corresponding Author

 <https://doi.org/10.31004/jerkin.v5i1.6418>

ARTICLE INFO	ABSTRACT
Article history Received: 05 June 2026 Revised: 22 June 2026 Accepted: 07 July 2026 Kata Kunci: Lansia, Ecoprint, Pemberdayaan, Kreativitas, Komunitas Keywords: <i>Elderly, Ecoprint, Empowerment, Creativity, Community</i>	Program Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) ini dilaksanakan di Bina Keluarga Lansia (BKL) Cantik Kota Palangka Raya untuk memberdayakan lansia melalui pelatihan ecoprint. Kegiatan memanfaatkan dedaunan dan bunga sebagai bahan pembuat motif alami pada kain sehingga menghasilkan produk bernilai estetik dan ekonomis. Metode yang diterapkan meliputi sosialisasi, pelatihan, pendampingan produksi, dan penguatan manajemen sederhana menuju pembentukan unit usaha ecoprint berbasis komunitas. Hasilnya, sekitar 80% peserta menguasai teknik dasar ecoprint, dengan 30 peserta menghasilkan produk layak jual. Program ini juga meningkatkan kepercayaan diri, motivasi, dan solidaritas peserta, didukung keluarga serta mendorong pemanfaatan limbah organik menjadi produk ramah lingkungan. Terbentuknya embrio unit usaha ecoprint menunjukkan potensi pengembangan ekonomi kreatif berbasis komunitas. Secara keseluruhan, program ini membuktikan bahwa lansia dapat menjadi kelompok yang produktif, kreatif, dan berdaya serta layak dijadikan model pemberdayaan di komunitas lain. <i>This Community Service Program (PKM) was implemented at the Beautiful Elderly Family Development (BKL) in Palangka Raya City to empower the elderly through ecoprint training. The activity utilized leaves and flowers as materials to create natural motifs on fabric, resulting in products with aesthetic and economic value. The methods applied included outreach, training, production assistance, and strengthening simple management towards the formation of a community-based ecoprint business unit. As a result, approximately 80% of participants mastered basic ecoprint techniques, with 30 participants producing marketable products. The program also increased the participants' self-confidence, motivation, and solidarity, supported by family support and encouraged the utilization of organic waste into environmentally friendly products. The formation of the embryonic ecoprint business unit demonstrates the potential for developing a community-based creative economy. Overall, this program proves that the elderly can be a productive, creative, and empowered group and is worthy of being used as a model for empowerment in other communities.</i>  <i>This is an open access article under the CC-BY-SA license.</i>



How to Cite: Dina Hardina, et al (2026). Pengaruh Dukungan Suami terhadap *Psychological Well-Being* melalui Resiliensi pada Ibu yang Memiliki Anak Autisme, 5(1) 902-906. <https://doi.org/10.31004/jerkin.v5i1.6418>

PENDAHULUAN

Kehadiran anak dalam kehidupan rumah tangga merupakan salah satu harapan utama dalam sebuah pernikahan. Setiap pasangan suami istri umumnya menginginkan anak yang tumbuh dan berkembang secara optimal. Namun, dalam realitasnya, tidak semua harapan tersebut dapat terwujud sesuai dengan keinginan. Beberapa pasangan dihadapkan pada kondisi di mana anak yang dilahirkan mengalami gangguan perkembangan, salah satunya adalah gangguan autisme. Ibu yang memiliki anak dengan autisme menghadapi berbagai tantangan psikologis yang kompleks, mulai dari tuntutan pengasuhan yang tinggi, stres emosional, hingga tekanan sosial dari lingkungan sekitar. Kondisi ini

dapat memengaruhi psychological well-being ibu, yang mencakup aspek penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi.

Autisme merupakan gangguan perkembangan yang terjadi di berbagai negara di dunia. Menurut data World Health Organization (WHO), prevalensi autisme mencapai 1 dari 160 anak secara global (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022). Di Indonesia sendiri, meskipun belum terdapat data prevalensi yang pasti, jumlah penyandang autisme diperkirakan telah mencapai lebih dari 2,4 juta orang, dengan penambahan sekitar 500 kasus baru setiap tahunnya. Data menunjukkan bahwa pada tahun 2013 jumlah anak dengan autisme sekitar 112.000, dan meningkat menjadi sekitar 900.000 pada tahun 2020. Jumlah tersebut diperkirakan akan terus bertambah seiring waktu (Rahmah & Cahyanti, 2023). Dalam DSM-5, autisme dikategorikan sebagai Autism Spectrum Disorder (ASD).

Psychological well-being merupakan kondisi individu yang ditandai dengan kemampuan untuk mengambil keputusan secara mandiri, mengelola lingkungan secara efektif, serta membangun hubungan positif dengan orang lain. Selain itu, individu mampu menetapkan dan menjalankan tujuan hidup, memiliki penerimaan diri yang positif, serta terus mengembangkan potensi dirinya secara berkelanjutan (Carol D. Ryff, 1989 dalam Ananda Tri Wahyuni et al., 2023).

Lebih lanjut, (Ryff, 1989) mengemukakan bahwa psychological well-being terdiri atas enam aspek, di antaranya penerimaan diri, yang mencerminkan sikap positif individu terhadap dirinya sendiri, kemampuan menerima kelebihan dan kekurangan, serta berdamai dengan pengalaman masa lalu. Selain itu, aspek tujuan hidup merujuk pada kemampuan individu dalam memiliki arah, makna, serta tujuan yang jelas dalam kehidupannya sehingga mampu memaknai berbagai pengalaman yang dialami (Chandra, Gusti Ayu Agung Sri Laksmi Astiti, I Debora Valentina, 2024).

Salah satu faktor eksternal yang berperan penting dalam meningkatkan psychological well-being adalah dukungan sosial, khususnya dukungan dari pasangan. Dukungan suami sebagai bentuk dukungan emosional, instrumental, dan informasional dapat membantu ibu dalam menghadapi berbagai tekanan yang muncul selama proses pengasuhan anak dengan autisme. Penelitian yang dilakukan oleh (de la Rosa et al., 2025) menunjukkan bahwa dukungan pasangan memiliki hubungan positif dengan kesejahteraan psikologis individu, terutama dalam situasi yang penuh tekanan. Dukungan suami tidak hanya memberikan rasa aman dan dihargai, tetapi juga dapat meningkatkan kemampuan ibu dalam mengatasi stres yang dialami selama pengasuhan pada anak tuna grahita (Kusnadi et al., 2021).

Selain dukungan eksternal, faktor internal seperti resiliensi juga memiliki peran penting dalam menjaga psychological well-being. Resiliensi merupakan kemampuan individu untuk bertahan, beradaptasi, dan bangkit kembali dari kondisi yang sulit. Ibu yang memiliki tingkat resiliensi tinggi cenderung lebih mampu mengelola emosi, menghadapi tekanan, serta menemukan makna positif dalam pengalaman pengasuhan anak dengan autisme. Resiliensi diartikan sebagai kemampuan individu dalam menghadapi dan mengatasi berbagai hambatan, serta mampu bangkit dari kondisi yang berisiko tinggi (Green dkk., dalam Fredella & Sundari, 2023).

Dukungan sosial dipandang sebagai faktor protektif dalam menghadapi stres melalui mekanisme buffering. Menurut teori buffering hypothesis yang dikemukakan oleh Cohen dan Wills (1985), dukungan sosial berperan dalam mengurangi dampak negatif stres dengan meningkatkan kemampuan individu dalam menghadapi tekanan (dalam Rahmadi et al., 2024). Dalam konteks ibu yang memiliki anak dengan autisme, dukungan dari pasangan dapat memperkuat kemampuan adaptasi melalui peningkatan resiliensi, yang pada akhirnya berdampak pada kesejahteraan psikologis.

Pengaruh antara dukungan suami dan psychological well-being tidak selalu bersifat langsung, melainkan dapat melalui mekanisme psikologis tertentu, salah satunya adalah resiliensi (Nurhidayah et al., 2021). Dukungan suami dapat meningkatkan resiliensi ibu, yang selanjutnya berdampak pada peningkatan psychological well-being. Dengan demikian, resiliensi berperan sebagai mediator dalam hubungan antara dukungan suami dan psychological well-being. Namun, penelitian yang secara khusus mengkaji peran mediasi resiliensi dalam konteks ibu yang memiliki anak dengan autisme masih terbatas, terutama di Indonesia.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh dukungan suami terhadap psychological well-being melalui resiliensi pada ibu yang memiliki anak dengan autisme. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoritis dalam pengembangan kajian psikologi, khususnya terkait kesejahteraan psikologis pada orang tua anak berkebutuhan khusus, serta memberikan implikasi praktis dalam penyusunan intervensi yang berfokus pada penguatan dukungan keluarga dan peningkatan resiliensi ibu.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain kausal untuk menguji pengaruh antar variabel penelitian. Variabel independen dalam penelitian ini adalah dukungan suami, variabel dependen adalah psychological well-being, dan variabel mediator adalah resiliensi. Penelitian dilakukan pada tahun 2026 di wilayah Bekasi.

Populasi dalam penelitian ini adalah ibu yang memiliki anak dengan autisme. Sampel penelitian diambil menggunakan teknik purposive sampling, dengan kriteria ibu yang memiliki anak dengan diagnosis autisme dan bersedia menjadi responden penelitian. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 100 responden.

Penelitian dilakukan dengan menyebarkan kuesioner kepada responden yang telah memenuhi kriteria penelitian. Sebelum pengisian kuesioner, responden diberikan penjelasan mengenai tujuan penelitian serta jaminan kerahasiaan data. Pengumpulan data dilakukan secara langsung maupun melalui media daring.

Data dikumpulkan menggunakan instrumen berupa skala psikologi, yaitu skala dukungan suami, skala resiliensi, dan skala psychological well-being. Skala menggunakan model Likert dengan beberapa alternatif jawaban. Skala psychological well-being mengacu pada dimensi yang dikemukakan oleh Ryff, sedangkan skala resiliensi dan dukungan suami disusun berdasarkan aspek teoritis yang relevan. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan metode self-report.

Analisis data dilakukan menggunakan perangkat lunak JASP (Jeffreys's Amazing Statistics Program). Teknik analisis yang digunakan adalah path analysis untuk menguji pengaruh langsung dan pengaruh tidak langsung antar variabel. Analisis ini digunakan untuk menguji pengaruh dukungan suami terhadap psychological well-being melalui resiliensi sebagai mediator. Uji signifikansi dilakukan untuk mengetahui besar pengaruh langsung, pengaruh tidak langsung, dan pengaruh total dalam model penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada ibu yang memiliki anak dengan autisme di wilayah Bekasi, diperoleh gambaran bahwa tingkat dukungan suami, resiliensi, dan psychological well-being berada pada kategori sedang hingga tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki dukungan pasangan yang cukup baik, kemampuan adaptasi yang memadai, serta tingkat kesejahteraan psikologis yang relatif positif.

Sebelum dilakukan analisis utama, data penelitian terlebih dahulu diuji kualitasnya melalui uji reliabilitas. Hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa seluruh variabel memiliki nilai Cronbach's Alpha yang tinggi, sehingga instrumen dinyatakan reliabel dan layak digunakan dalam analisis lanjutan. Hasil uji reliabilitas masing-masing variabel dapat dilihat pada Tabel 1 berikut.

Tabel 1. Hasil Uji Reliabilitas Variabel Penelitian

No	Variabel	Cronbach's Alpha	Keterangan
1	Dukungan Suami	0.936	Sangat Reliabel
2	Resiliensi	0.924	Sangat Reliabel
3	Psychological Well-Being	0.938	Sangat Reliabel

Berdasarkan Tabel 1, seluruh variabel penelitian memiliki nilai Cronbach's Alpha di atas 0,9, yang menunjukkan tingkat reliabilitas sangat tinggi. Hal ini mengindikasikan bahwa instrumen yang digunakan memiliki konsistensi internal yang sangat baik dan seluruh item pada masing-masing variabel layak digunakan dalam analisis lebih lanjut.

Selanjutnya, analisis data dilakukan menggunakan teknik path analysis untuk menguji pengaruh langsung dan tidak langsung antar variabel penelitian. Hasil analisis path ditampilkan pada Tabel 2 berikut.

Tabel 2. Hasil Analisis Path

Jalur	Koefisien (β)	p-value	Keterangan
Dukungan Suami $\rightarrow$ Resiliensi	0.558	< 0.001	Signifikan
Resiliensi $\rightarrow$ Psychological Well-Being	0.444	< 0.001	Signifikan
Dukungan Suami $\rightarrow$ Psychological Well-Being	0.185	0.058	Tidak Signifikan

Dukungan Suami → Psychological Well-Being	0.248	< 0.001	Signifikan
Total	0.433	< 0.001	Signifikan

Hasil analisis menunjukkan bahwa dukungan suami tidak berpengaruh signifikan secara langsung terhadap psychological well-being ($\beta = 0.185$, $p = 0.058$). Namun demikian, dukungan suami berpengaruh signifikan terhadap resiliensi ($\beta = 0.558$, $p < 0.001$), dan resiliensi berpengaruh signifikan terhadap psychological well-being ($\beta = 0.444$, $p < 0.001$).

Temuan ini menunjukkan bahwa dukungan suami tidak secara langsung meningkatkan psychological well-being, melainkan bekerja melalui mekanisme psikologis tertentu. Dalam konteks ibu yang memiliki anak dengan autisme, tekanan yang kompleks membuat dukungan eksternal tidak serta-merta berdampak langsung, tetapi terlebih dahulu memperkuat kemampuan adaptasi individu.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Peleg & Peleg, 2025) yang menunjukkan bahwa dukungan sosial keluarga memiliki peran penting dalam membantu individu menghadapi tekanan hidup. Dukungan emosional dan instrumental yang diberikan mampu menjadi sumber kekuatan psikologis serta membantu individu dalam beradaptasi dengan kondisi yang dihadapi. Individu yang memperoleh dukungan sosial yang kuat cenderung memiliki tingkat resiliensi yang lebih baik, yang ditandai dengan kemampuan menyesuaikan diri dan tetap berorientasi pada masa depan.

Lebih lanjut, hasil uji mediasi menunjukkan bahwa pengaruh tidak langsung dukungan suami terhadap psychological well-being melalui resiliensi signifikan ($\beta = 0.248$, $p < 0.001$), dengan pengaruh total yang juga signifikan ($\beta = 0.433$, $p < 0.001$). Hal ini menunjukkan bahwa resiliensi berperan sebagai mediator dalam hubungan antara dukungan suami dan psychological well-being.

Temuan ini juga didukung oleh penelitian (Norhidayah et al., 2025) yang menunjukkan bahwa resiliensi berperan sebagai full mediator dalam meningkatkan psychological well-being. Individu yang memiliki tingkat resiliensi yang tinggi cenderung lebih mampu menghadapi tekanan serta mempertahankan kondisi psikologis yang stabil. Temuan ini mengindikasikan bahwa dukungan suami tidak secara langsung meningkatkan psychological well-being melainkan bekerja melalui peningkatan kemampuan adaptasi ibu. Dengan demikian, resiliensi menjadi mekanisme psikologis utama yang menjembatani pengaruh faktor eksternal terhadap psychological well-being pada ibu yang memiliki anak dengan autisme. Ibu yang memiliki tingkat resiliensi tinggi cenderung lebih mampu mengelola emosi, menerima kondisi anak, serta mempertahankan kondisi psikologis yang positif.

SIMPULAN

Penelitian ini memberikan implikasi bahwa upaya peningkatan psychological well-being pada ibu yang memiliki anak dengan autisme perlu diarahkan pada pendekatan yang integratif, dengan mengkombinasikan pada intervensi berbasis dukungan sosial dan penguatan faktor internal, khususnya resiliensi. Temuan penelitian menunjukkan bahwa dukungan eksternal tidak secara langsung meningkatkan psychological well-being pada ibu, melainkan bekerja melalui peningkatan kemampuan adaptasi individu. Oleh karena itu, intervensi hanya berfokus pada aspek eksternal berpotensi kurang optimal tanpa disertai penguatan resiliensi sebagai mekanisme utama.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti menyampaikan ucapan terima kasih kepada seluruh responden yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada pihak lembaga layanan anak berkebutuhan khusus yang telah memberikan izin dan dukungan selama proses pengumpulan data. Selain itu, peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam pelaksanaan penelitian dan penyusunan artikel ini.

REFERENSI

- Ananda Tri Wahyuni, Feri Sadili, Novia Jamilati, & Mochammad Isa Anshori. (2023). Productivity & Psychology Well Being. *Jurnal Ilmiah Dan Karya Mahasiswa*, 1(4), 271–294. <https://doi.org/10.54066/jikma.v1i4.505>
- Chandra, Gusti Ayu Agung Sri Laksmi Astuti, I Debora Valentina, T. (2024). Literature Review. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 4, 8214–8228.

- de la Rosa, P. A., Nakamura, J., Cowden, R. G., Kim, E., Osorio, A., & VanderWeele, T. J. (2025). Longitudinal associations of spousal support and strain with health and well-being: An outcome-wide study of married older U.S. Adults. *Family Process*, 64(1), 1–22. <https://doi.org/10.1111/famp.13057>
- Fredella, N., & Sundari, A. R. (2023). Resiliensi Sebagai Mediator Pengaruh Bersyukur terhadap Kesejahteraan Psikologis Ibu dengan Anak Autisme. *Psikologi Kreatif Inovatif*, 3(2), 14–24. <https://journals.upi-yai.ac.id/inde.php/PsikologiKreatifInovatif/article/view/2156%0Ahttps://journals.upi-yai.ac.id/inde.php/PsikologiKreatifInovatif/article/download/2156/1575>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). Autisme. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <https://ayosehat.kemkes.go.id/topik-penyakit/kelainan-mental/autisme>
- Kusnadi, S. K., Irmayanti, N., Anggoro, H., & Agustina, K. S. B. (2021). Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Psychological Well-Being Pada Orang Tua Yang Memiliki Anak Tunagrahita Sedang. *Jurnal Psikologi Insight*, 5(1), 79–86. <https://doi.org/10.17509/insight.v5i1.34240>
- Norhidayah, M. R., Efendy, M., & Pratikto, H. (2025). Peran Resiliensi dalam Hubungan Self-compassion dan Psychological Well-Being pada Mahasiswa dengan Tradisi Bapukung. *Personifikasi: Jurnal Ilmu Psikologi*, 16(1), 126–136. <https://doi.org/10.21107/personifikasi.v16i1.28392>
- Nurhidayah, S., Ekasari, A., Muslimah, A. I., Pramintari, R. D., & Hidayanti, A. (2021). Dukungan Sosial, Strategi Koping Terhadap Resiliensi Serta Dampaknya Pada Kesejahteraan Psikologis Remaja Yang Orangnya Bercerai. *Paradigma*, 18(1), 60–77. <https://doi.org/10.33558/paradigma.v18i1.2674>
- Peleg, O., & Peleg, M. (2025). Is Resilience the Bridge Connecting Social and Family Factors to Mental Well-Being and Life Satisfaction? *Contemporary Family Therapy*, 47(1), 87–101. <https://doi.org/10.1007/s10591-024-09707->
- Rahmadi, M. A., Nasution, H., Mawar, L., & Sari, M. (2024). Dampak Dukungan Sosial Terhadap Kesehatan Mental Penyandang Disabilitas. *Counseling For All (Jurnal Bimbingan Dan Konseling)*, 4(2), 56–70. <https://doi.org/10.57094/jubikon.v4i2.1999>
- Rahmah, R. N., & Cahyanti, I. Y. (2023). Peran Konflik Peran Ganda terhadap Psychological Well-Being pada Ibu Dengan Anak Autism Spectrum Disorder (ASD). *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan*, . <http://e-journal.unair.ac.id/BRPKM>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Eplorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>