

**PSIKOEDUKASI DALAM PROGRAM PARENTING UNTUK
MENGURANGI STRESS PADA ORANG TUA ANAK AUTIS
DI PUSKESMAS BUMIAYU**

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Tugas Akhir dan Melengkapi Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S1)
dalam Ilmu Bimbingan Penyuluhan Islam



Oleh :

DIDA AZULFA
NIM. 3517080

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
2023**

**PSIKOEDUKASI DALAM PROGRAM PARENTING UNTUK
MENGURANGI STRESS PADA ORANG TUA ANAK AUTIS
DI PUSKESMAS BUMIAYU**

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Tugas Akhir dan Melengkapi Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S1)
dalam Ilmu Bimbingan Penyuluhan Islam



Oleh :

DIDA AZULFA
NIM. 3517080

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
2023**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dida Azulfa
NIM : 3517080
Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam
Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi dengan judul **“PSIKOEDUKASI DALAM PROGRAM PARENTING UNTUK MENGURANGI STRESS PADA ORANG TUA ANAK AUTIS DI PUSKESMAS BUMIAYU”** adalah benar hasil karya penulis berdasarkan hasil penelitian. Semua sumber yang digunakan dalam penelitian ini telah dicantumkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.

Apabila di kemudian hari pernyataan ini terbukti tidak benar, maka penulis bersedia menerima sanksi yang berlaku di Universitas Islam Negeri KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan.

Pekalongan, 13 Oktober 2023

Yang menyatakan,



Dida Azulfa
NIM. 3517080

NOTA PEMBIMBING

Khaerunnisa Tri Darmaningrum, M.Pd

Jl. Winong Gejlig Kajen Perum JTA

Kec. Kajen, Kab. Pekalongan

Lamp : 4 (Empat) eksemplar

Hal : Naskah Skripsi Sdr. Dida Azulfa

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah

c.q Ketua Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam

di-

PEKALONGAN

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah diadakan penelitian dan perbaikan seperlunya, maka bersama ini kami kirimkan naskah skripsi saudara:

Nama : DIDA AZULFA

NIM : 3517080

Judul : **PSIKOEDUKASI DALAM PROGRAM PARENTING ANAK
AUTIS DI PUSKESMAS BUMIAYU**

Dengan ini saya mohon agar skripsi saudara tersebut dapat segera dimunaqasyahkan.

Demikian nota pembimbing ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya. Atas perhatiannya, saya sampaikan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pekalongan, 13 April 2023

Pembimbing,



Khaerunnisa Tri Darmaningrum, M.Pd
NIP. 198806302019032005



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI**

**K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH**

Jl. Pahlawan KM 5 Rowolaku Kajen Kab. Pekalongan Kode Pos 51161

Website: fuad.uingusdur.ac.id | Email : fuad@uingusdur.ac.id

PENGESAHAN

Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri
K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan mengesahkan skripsi saudara/i:

Nama : **DIDA AZULFA**

NIM : **3517080**

Judul Skripsi : **PSIKOEDUKASI DALAM PROGRAM PARENTING
UNTUK MENGURANGI STRESS PADA ORANG TUA
ANAK AUTIS DI PUSKESMAS BUMIAYU**

yang telah diujikan pada Hari Rabu, 05 Juli 2023 dan dinyatakan **LULUS** serta
diterima sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos)
dalam Ilmu Bimbingan Penyuluhan Islam.

Dewan Penguji

Penguji I

Dr. Esti Zaduqisti, M.Si
NIP. 19771217 200604 2 002

Penguji II

Izza Himpawati, M.Si
NIP. 19881211 201903 2 006

Pekalongan, 13 Oktober 2023

Ditandatangani Oleh
Dekan



H. Sam'ani, M.Ag
NIP. 19730505 199903 1 002

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN

Pedoman transliterasi yang digunakan dalam penulisan ini adalah hasil Putusan Bersama Menteri Agama Republik Indonesia No. 158 tahun 1987 dan Menteri Pendidikan dan kebudayaan Republik Indonesia No. 0543b/U/1987. Transliterasi tersebut digunakan untuk menulis kata-kata Arab yang dipandang belum diserap ke dalam bahasa Indonesia. Kata-kata Arab yang sudah diserap ke dalam bahasa Indonesia sebagaimana terlihat dalam Kamus Linguistik atau Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI). Secara garis besar pedoman transliterasi itu adalah sebagai berikut:

A. Konsonan

Fonem-fonem konsonan bahasa Arab yang dalam system tulisan Arab dilambangkan dengan huruf, dalam transliterasi itu sebagian dilambangkan dengan huruf, sebagian dilambangkan dengan tanda, dan sebagian lagi dilambangkan dengan huruf dan tanda sekaligus. Di bawah ini daftar huruf Arab dan transliterasi dengan huruf latin.

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Keterangan
ا	Alif	tidak	tidak dilambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	Sa	š	es (dengan titik di atas)
ج	Jim	J	Je
ح	Ha	ḥ	ha (dengan titik di bawah)
خ	Kha	Kh	ka dan ha
د	Dal	D	De
ذ	Zal	Z	zet (dengan titik di atas)
ر	Ra	R	Er
ز	Zai	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	es dan ye
ص	Sad	š	es (dengan titik di bawah)
ض	Dad	ḍ	de (dengan titik di bawah)

ط	Ta	t	te (dengan titik di bawah)
ظ	Za	z	zet (dengan titik di bawah)
ع	'ain	'	koma terbalik (di atas)
غ	Gain	G	Ge
ف	Fa	F	Ef
ق	Qaf	Q	Qi
ك	Kaf	K	Ka
ل	Lam	L	El
م	Mim	M	Em
ن	Nun	N	En
و	Wau	W	We
ه	Ha	H	Ha
ء	Hamzah	`	Apostrof
ي	Ya	Y	Ye

B. Vokal

Vokal tunggal	Vokal rangkap	Vokal panjang
ا = a		آ = ā
إ = i	إي = ai	إِي = ī
أ = u	أو = au	أُو = ū

1. Ta Marbutah

Ta marbutah hidup dilambangkan dengan /t/

Contoh :

مرأة جميلة ditulis *mar'atun jamīlah*

Ta marbutah mati dilambangkan dengan /h/

Contoh :

فاطمة ditulis *fātimah*

2. Syaddad (*tasydid*, geminasi)

Tanda geminasi dilambangkan dengan huruf yang sama dengan huruf yang diberi tanda *syaddad* tersebut.

Contoh:

ربنا ditulis *rabbānā*

البرر ditulis *al-birr*

3. Kata sandang (artikel)

Kata sandang yang diikuti oleh “huruf syamsiyah” ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya, yaitu bunyi /I/ diganti dengan huruf yang sama dengan huruf yang langsung mengikuti kata sandang itu.

Contoh:

الشمس ditulis *asy-syamsu*

السيدة ditulis *as-sayyidah*

Kata sandang yang diikuti oleh “huruf qomariyah” ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya, yaitu bunyi /I/ diikuti terpisah dari kata yang mengikuti dan dihubungkan dengan tanda sempang.

Contoh:

القمر ditulis *al-qamar*

الجلال ditulis *al-jalāl*

4. Huruf Hamzah

Hamzah yang berada di awal kata tidak ditransliterasikan. Akan tetapi, jika hamzah tersebut berada di tengah kata atau di akhir kata, huruf hamzah itu ditransliterasikan dengan apostrof / `/.

Contoh:

أمرت ditulis *umirtu*

شيء ditulis *syai'un*

PERSEMBAHAN

Dengan mengucap rasa syukur kepada Allah SWT, segala hormat dan rasa terima kasih kepada orang-orang yang senantiasa mendoakan kesuksesan dan selalu memberikan semangat, skripsi ini dipersembahkan untuk:

1. Kedua orang tua saya, Ibu Turijah dan Bapak Najib Dahirin yang senantiasa memberikan nasihat dan bimbingan dengan mengalirkan kasih sayangnya dan tak pernah jemu memanjatkan doa demi tercapainya cita-cita saya.
2. Adik saya tercinta yang selalu memberikan saya semangat dan doa demi kemudahan saya.
3. Ucapan terima kasih kepada teman-teman, Dwi Asti Damayanti, Dwi Wahidatul Aqidah, Ragil Fitriyani, Fitri Agustin, Septian Dwi Anggara, Farid Faturohman, Gus Khoiri Amri, Abd Nafi, Taufiq Affanda yang telah menemani selama ini dan senantiasa memberikan motivasi untuk menjadi lebih baik.
4. Teman-teman BPI angkatan 2017, terima kasih telah memberikan semangat semoga silaturahmi kita semua tetap terjaga.
5. Almamater tercinta, Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam, Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah UIN KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan yang telah memberikan banyak ilmu.

MOTTO

“Boleh jadi kamu membenci sesuatu padahal ia amat baik bagimu, dan boleh jadi pula kamu menyukai sesuatu padahal ia amat buruk bagimu, Allah mengetahui sedang kamu tidak mengetahui”.

(Q.S Al-Baqarah : 216)



ABSTRAK

Dida Azulfa, 2023. Psikoedukasi dalam program parenting anak autis di Puskesmas Bumiayu. Bimbingan Penyuluhan Islam Universitas Islam Negeri (UIN) KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan. Khaerunnisa Tri Darmaningrum, M.Pd

Kata Kunci : Psikoedukasi, Parenting, Anak Autis.

Anak autis memerlukan pola asuh khusus, agar ia bisa mendapatkan perhatian dan tempat di keluarga agar bisa mendukung proses penyembuhan. Orang tua anak anak autis juga memerlukan pengetahuan yang lebih tentang anak autis, sehingga orang tua akan memahami atau mengidentifikasi sejak dini gejala autis dan tau bagaimana harus melakukan tindakan yang terbaik untuk menunjang perkembangan anak autis. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi dampak psikososial yang dirasakan orang tua dari anak dengan gangguan autis adalah dengan memberikan *parenting education* melalui psikoedukasi kepada orang tua.

Skripsi ini berjudul “Psikoedukasi dalam program parenting anak autis di Puskesmas Bumiayu.” Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui program parenting anak autis di Puskesmas Bumiayu dan untuk mengetahui proses pelaksanaan psikoedukasi dalam program parenting anak autis di Puskesmas Bumiayu.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian lapangan (*field research*). Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu wawancara, observasi, serta dokumentasi dengan teknik analisis data yang terdiri dari tiga tahapan, yaitu reduksi data, penyajian data serta penarikan kesimpulan.

Hasil dari penelitian ini menyimpulkan bahwa Proses pelaksanaan psikoedukasi dalam program anak autis di Puskesmas Bumiayu, dapat dilihat dari tahapan awal yang terlewati dengan baik dibuktikan dengan pembimbing berhasil melakukan pendekatan dengan baik terhadap orang tua dibuktikan dengan orang tua yang mampu mengikuti tahapan-tahapannya dengan baik, terbentuknya interaksi antara pembimbing dan orang tua, terbukanya orang tua dengan pembimbing terkait keluhan yang dirasakan, masalah pola asuh orang tua yang belum tepat, pada tahapan inti sudah terlewati dengan baik karena orang tua dapat menerima maksud dari penyampaian materi yang disampaikan pembimbing, kemudian pada tahapan akhir juga sudah terlewati dengan baik karena pembimbing dapat mengevaluasi perasaan orang tua sehingga orang tua mendapatkan semangat yang baru. Dari data yang sudah dianalisis dapat disimpulkan bahwa Proses pelaksanaan psikoedukasi dalam program anak autis di Puskesmas Bumiayu, sudah berjalan dengan sangat baik. Program parenting untuk mengasuh anak autis di Puskesmas Bumiayu, dapat dilihat dari tiga tahapan yaitu tahap *preventif*, disini orang tua dapat melewati tahapan dengan baik, orang tua dapat meminimalisir masalah dengan mencegahnya melalui pengasuhan dengan baik. Pada tahap perkembangan sudah terlewati dengan baik karena orang tua mampu mengoptimalkan potensinya. Pada tahap terapi orang tua sudah dapat melewatinya dengan baik, orang tua dapat memecahkan masalahnya mengenai kesulitan pengasuhan pada anaknya yang menderita autis.

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur kehadirat Allah SWT, yang telah melimpahkan berkah, rahmat, hidayah, serta inayah-Nya dan shalawat serta salam senantiasa tercurahkan hanya kepada Nabi Muhammad SAW, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi dengan judul “Psikoedukasi dalam program parenting anak autisme di Puskesmas Bumiayu”.

Menyadari bahwa dalam proses penyusunan tidak sedikit hambatan dan rintangan yang dihadapi, namun berkat semangat dan motivasi serta bimbingan yang telah penulis dapatkan dari berbagai pihak, akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi tersebut. Selanjutnya penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah mendoakan dan memberikan motivasinya baik secara langsung maupun tidak langsung, pada kesempatan yang berbahagia ini penulis mengucapkan rasa terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. H. Zaenal Mustakim, M.Ag selaku Rektor UIN KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan.
2. Prof. Dr. Sam'ani, M.Ag selaku Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah, UIN KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan.
3. Dr. Maskhur, M.Ag selaku Ketua Program studi Bimbingan Penyuluhan Islam, UIN KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan.
4. Nadhifatuz Zulfa, M.Pd selaku Dosen Wali yang telah memberikan bimbingannya selama perkuliahan.

5. Khaerunnisa Tri Darmaningrum, M.Pd selaku Dosen Pembimbing Skripsi, yang telah meluangkan waktu dan memberikan bimbingan, arahan serta semangatnya dalam proses penyusunan skripsi.
6. Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam, yang telah memberikan banyak ilmu yang bermanfaat.
7. Seluruh staf dan karyawan fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah yang telah membantu administrasi dan mempermudah dalam proses penyelesaian skripsi.
8. Kepala Puskesmas Bumiayu dan jajarannya yang telah memberikan izin dan membantu penulis dalam melaksanakan penelitian.
9. Pembimbing dan orang tua anak dengan autisme, yang bersedia menjadi subjek penelitian.
10. Semua pihak yang terlibat dalam penulisan skripsi ini baik secara langsung maupun tidak langsung.

Akhir kata, penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis mengharap kritik dan saran yang membangun guna perbaikan selanjutnya, semoga ini semua bermanfaat bagi kita semua.

Pekalongan, 13 Oktober 2023


Dida Azulfa
NIM. 3517080

DAFTAR ISI

COVER	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	ii
NOTA PEMBIMBING	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-INDONESIA	v
PERSEMBAHAN	viii
MOTTO	ix
ABSTRAK	x
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR ISI	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Kegunaan Penelitian.....	5
E. Tinjauan Pustaka	6
F. Metode Penelitian.....	20
G. Sistematika Penulisan.....	25
BAB II PSIKOEDUKASI DALAM PROGRAM PARENTING UNTUK MENGURANGI STRESS PADA ORANG TUA ANAK AUTIS	27

A.	Stress Pada Orang Tua Anak Autis	27
1.	Pengertian Stress	27
2.	Aspek-Aspek Stress.....	29
3.	Faktor-Faktor yang Menyebabkan Stres.....	30
B.	Psikoedukasi Dalam Program Parenting	32
1.	Pengertian Psikoedukasi Dalam Program Parenting	32
2.	Tujuan Psikoedukasi Dalam Program Parenting	36
3.	Fungsi Psikoedukasi Dalam Program Parenting.....	36
4.	Metode Psikoedukasi Dalam Program Parenting	38
5.	Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perkembangan Psikoedukasi Dalam Program Parenting	40
6.	Tahapan Psikoedukasi Dalam Program Parenting.....	43
C.	Anak Autis.....	45
1.	Pengertian Anak Autis.....	45
2.	Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Autis	46

BAB III PSIKOEDUKASI DALAM PROGRAM PARENTING UNTUK MENGURANGI STRESS PADA ORANG TUA ANAK AUTIS DI PUSKESMAS BUMIAYU

A.	Gambaran Umum Puskesmas Bumiayu	50
1.	Sejarah Puskesmas.....	50
2.	Visi, Misi, Moto	51
3.	Kondisi Geografis.....	51
4.	Struktur Organisasi.....	53
5.	Gambaran Pembimbing di Puskesmas Bumiayu.....	54
B.	Stress Pada Orang Tua Dengan Anak Autis Di Puskesmas Bumiayu	

.....	54
C. Psikoedukasi Dalam Program Parenting Untuk Mengurangi Stress Pada Orang Tua Anak Autis Di Puskesmas Bumiayu	59
BAB IV ANALISIS PSIKOEDUKASI DALAM PROGRAM PARENTING UNTUK MENGURANGI STRESS PADA ORANG TUA ANAK AUTIS DI PUSKESMAS BUMIAYU.....	66
A. Analisis Stress Pada Orang Tua Dengan Anak Autis Di Puskesmas Bumiayu	66
B. Analisis Psikoedukasi Dalam Program Parenting Untuk Mengurangi Stress Pada Orang Tua Anak Autis di Puskesmas Bumiayu	70
BAB V PENUTUP.....	75
A. Kesimpulan	75
B. Saran	76
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN-LAMPIRAN	

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Berdasarkan hasil wawancara dengan pembimbing di puskesmas bumiayu, orang tua yang memiliki anak dengan gangguan autis dalam kondisi cemas, kecewa, emosi tidak stabil dan merasa mendapat tekanan dari lingkungan sekitar sehingga menyebabkan stress. Kebanyakan dari pada orang tua ketika bercerita mendapatkan stress dikarenakan adanya tekanan dari lingkungan sekitar dan merasa kurangnya dukungan dari orang sekitar. Penelitian menggambarkan adanya stres yang dialami oleh ibu yang memiliki dan mengasuh anak berkebutuhan khusus. Dalam penelitian ini difokuskan mengenai bagaimana gambaran parenting seorang ibu yang memiliki anak autis.¹

Kehadiran anak di dalam keluarga menjadi kebahagiaan tersendiri bagi orang tua, khususnya ibu. Tetapi hal tersebut akan berbeda ketika suatu keluarga memiliki anak dengan autisme yang mana mengalami gangguan perilaku, sosial dan komunikasi. Membesarkan anak autis tentu dapat menimbulkan stres bagi seorang ibu. Ibu yang merasa terstigma oleh keterbatasan anak, kesulitan berkomunikasi dengan anak akan mengalami kelelahan karena tuntutan pengasuhan tambahan. Kondisi seperti inilah yang berpotensi memicu stres dan emosi. Stres adalah penyakit kehidupan modern

¹M. Fatkhur Rozak, Pembimbing Puskesmas Bumiayu, Wawancara Pribadi, Puskesmas Bumiayu, 20 Maret 2023, 10.00.

yang banyak dibicarakan dalam pekerjaan, rumah tangga, dan kehidupan sosial. Kecepatan teknologi, tingkatan, dan dampak emosional dari pengurangan karyawan, rasa tidak aman dalam pekerjaan, restrukturisasi dan perubahan. Setiap yang memberikan ancaman pada stabilitas organisme atau individu dapat dikategorikan sebagai penyebab stres (stresor).²

Adapun dampak dari orang tua yang tidak mengikuti parenting anak autis yaitu meningkatnya stres, kecemasan, rasa bersalah dan ada yang menutup diri dari lingkungan sekitar karena malu.³ Dalam lingkup keluarga juga bisa menimbulkan pertikaian karena adanya perbedaan pendapat dalam mengasuh anak dan biaya terapi yang mahal. Hal ini sangat berpengaruh pada anak autis dimana perkembangan dan pola asuhnya yang harus mendapatkan lebih banyak perhatian, sehingga ketika anak autis menolak kehadiran anak autis maka anak semakin terhambat dalam berbagai penanganan, kesepian dan kekurangan perhatian. Dari gambaran diatas bisa menjabarkan tentang pengaruh parenting terhadap anak autis, serta diartikan ketika orang tua belum sampai atau tidak bisa dalam pengasuhan anak autis maka akan semakin terhambat pula tindakan serta kesembuhan pada anak autis.⁴

Gangguan autisme muncul sebelum usia 3 tahun tanpa memandang lapisan sosial ekonomi, tingkat pendidikan orang tua, ras, etnik, maupun agama. Anak yang mengalami gangguan autisme sejak dilahirkan disebut

² Danuatmaja, B. 2010, *Terapi anak autis di rumah*. (Jakarta: Puspa Swara. 2003). Hlm.75

³ Mirza Maulana, "*Anak Autis: Mendidik Anak Autis Dan Gangguan Mental Lain Menuju Anak Cerdas dan Sehat, Edisi 7*", Yogyakarta: Katahati, hlm.68.

⁴Sigit Eko Susanto, "*Penerimaan Orang Tua Terhadap Kondisi Anaknya Yang Menyandang Autisme di Rumah Terapis Little Star*", Jurnal Psikosains, Vol.9 No.2. 2014, hlm.69

dengan autisme klasik, sementara anak dengan gangguan autisme yang muncul setelah berusia 1,5 hingga 2 tahun disebut dengan autisme regresi. Menurut Maulana autisme terjadi padah 5 dari 10.000 kelahiran dengan jumlah penderita laki-laki empat kali lebih besar dibandingkan dengan penderita perempuan. Namun jika perempuan yang menderitanya, penderitanya akan lebih parah dibandingkan dengan laki-laki.⁵

Beban psikologis yang dirasakan orang tua dari anak dengan gangguan autis akan berdampak pada masalah psikososial keluarga, yang pada akhirnya dapat menyebabkan kecemasan dan menjadi sumber stres dalam keluarga. Penelitian yang dilakukan Koydemir & Tosun menggambarkan bahwa stress tinggi adalah dampak yang dirasakan oleh orang tua yang memiliki anak autis. Stres ini dipicu oleh rasa lelah yang tinggi, rasa khawatir akan masa depan dan kemandirian anak, karir yang terhambat, masalah finansial yang belum tercukupi karena kebutuhan terapi dan pengobatan anak dengan gangguan autis yang cukup mahal, dan pandangan orang lain tentang kondisi anak.⁶

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi dampak yang dirasakan orang tua dari anak dengan gangguan autis adalah dengan memberikan *parenting education* melalui psikoedukasi kepada orang

⁵Mirza Maulana, 2010 “*Anak Autis: Mendidik Anak Autis Dan Gangguan Mental Lain Menuju Anak Cerdas dan Sehat, Edisi 7*”, Yogyakarta: Katahati, hlm.11.

⁶ Koydemir, S., and Tosun, 2009, U. Impact of Autistic Children on The Lives of Mothers. *Procedia Social and Behavioral Sciences*. Amsterdam: Elsevier, hlm. 63

tua. Psikoedukasi dapat dilakukan pada individu, keluarga, dan kelompok yang fokus untuk mendidik pesertanya terkait tantangan signifikan dalam hidup, membantu partisipan mengembangkan sumber-sumber dukungan dan dukungan sosial dalam menghadapi tantangan.

Berdasarkan penjabaran diatas, terlihat bahwa *parenting education* dapat dijadikan sebagai salah satu metode untuk meningkatkan *parenting* pada orang tua dari anak dengan gangguan autisme sebagai upaya untuk mencapai hal yang lebih positif, kelekatan yang lebih baik dengan anaknya, dan menjalankan peran yang lebih baik sebagai orang tua.⁷

Puskesmas Bumiayu mengadakan Program Parenting untuk membantu orang tua dalam mengasuh anak autis. Kelas parenting ini dilaksanakan setiap satu bulan sekali, para orang tua datang untuk mengikuti kegiatan parenting, orang tua dapat berbagi ilmu mengenai perkembangan dan pendidikan anak. Pembangunan karakter tidak hanya berfokus pada lingkungan puskesmas saja, melainkan juga pada lingkungan pendukung lainnya seperti lingkungan keluarga dan tempat tinggalnya.

Pembimbing menjelaskan bahwa orang tua yang mengikuti kelas parenting dilibatkan dan disadarkan kembali untuk lebih tangguh dan bersabar dalam mengasuh anak autis, hal ini juga selaras dengan adanya

⁷ Koydemir, S., and Tosun, 2009, U. Impact of Autistic Children on The Lives of Mothers. *Procedia Social and Behavioral Sciences*. Amsterdam: Elsevier. hlm.67.

program parenting di Puskesmas Bumiayu. Dan orang tua tidak perlu malu karena banyak orang tua lain yang juga memiliki anak berkebutuhan khusus.⁸

Berdasarkan latar belakang tersebut maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Psikoedukasi Dalam Program Parenting Untuk Mengurangi Stress Pada Orang Tua Anak Autis Di Puskesmas Bumiayu” dengan adanya penelitian ini diharapkan bisa memberikan banyak manfaat bagi peneliti maupun pembaca.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana stress pada orang tua dengan anak autis di Puskesmas Bumiayu ?
2. Bagaimana psikoedukasi dalam program parenting untuk mengurangi stress pada orang tua anak autis di Puskesmas Bumiayu ?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui stress pada orang tua dengan anak autis di Puskesmas Bumiayu
2. Untuk mengetahui psikoedukasi dalam program parenting untuk mengurangi stress pada orang tua anak autis di Puskesmas Bumiayu.

D. Kegunaan Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat berguna baik secara teoritis maupun praktis, sebagai berikut:

⁸M. Fatkhur Rozak, Pembimbing Puskesmas Bumiayu, Wawancara Pribadi, Puskesmas Bumiayu, 20 Maret 2023, 10.00.

1. Secara Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan ilmu pengetahuan dan wawasan penting mengenai bimbingan parenting, dari penelitian tersebut ditemukannya hasil penelitian baru tentang Impelementasi Bimbingan Penyuluhan Islam Dalam Program Parenting Untuk Membekali Orang Tua Dalam Mengasuh Anak Autis di Puskesmas Bumiayu.

2. Secara Praktis

Dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan dan referensi terhadap penelitian yang relevan. Dapat memberikan informasi kepada pembaca mengenai program di Puskesmas Bumiayu.

E. Tinjauan Pustaka

1. Analisis Teori

- a. Psikoedukasi dalam program parenting

Psikoedukasi merupakan suatu metode intervensi psikologi yang dilakukan dengan tujuan untuk mendidik partisipannya dengan cara memberikan informasi mengenai tantangan yang signifikan dalam hidup yang dilakukan dengan salah satu atau beberapa macam metode psikoedukasi, sehingga partisipan mampu mengembangkan keterampilan.⁹ Bentuk informasi yang akan diberikan adalah mengenai aspek-aspek yang dikaitkan dengan tugas pengasuhan orang tua pada anak autis serta bagaimana cara untuk meningkatkan parenting ibu.

⁹ Arintina, Yolanda Candra. *Psikoedukasi Pola Asuh Pada Ibu-ibu di Wilayah Puskesmas Keputih Surabaya*. Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi. Volume 9, Nomor 2, Oktober 2020.

Colleman & Karraker menyebutkan salah satu faktor yang mempengaruhi *parenting* adalah kesiapan kognitif, yakni kesiapan orang tua dalam melaksanakan proses parenting. Ia juga menambahkan bahwa kadangkala orang tua yang telah memiliki pengetahuan atau strategi mengenai parenting, namun merasa tidak percaya diri dalam menerapkannya dalam perilaku pengasuhan.¹⁰

Berdasarkan hal tersebut untuk meningkatkan *parenting* pada ibu anak penyandang autisme, maka perlu adanya edukasi kognitif atau pemberian pengetahuan terhadap orang tua mengenai parenting berdasarkan tugas-tugas orang tua sesuai dengan karakteristik anak dengan autis.

Psikoedukasi memberikan dampak positif pada *parenting*. Sehingga dapat diprediksikan bahwa psikoedukasi mengenai strategi pengasuhan anak autis sesuai dengan domain tugas pengasuhan dapat meningkat karena dengan bertambahnya informasi yang dimiliki orang tua mengenai strategi pengasuhan anak dengan autis menambah kesiapan kognitif orang tua.

Parenting merupakan tugas bagi setiap orang tua, orang tua ingin agar anak mereka tumbuh menjadi individu yang matang secara sosial dan emosional. Secara garis besar parenting memiliki tujuan yaitu meningkatkan kemampuan orang tua dalam hal teknik atau teori untuk

¹⁰ Coleman M dan Gillberg, C, *The Autism*. (United Kingdom: Oxford University Press, 2009), hlm. 16

penunjang proses belajar anak hingga anak dapat berkembang secara optimal dan menerapkan kemampuan belajar anak dalam kehidupan sehari-hari. Namun tujuan umumnya untuk mengajak orang tua bersama-sama dalam perawatan, pengasuhan dan pendidikan anak dengan berlandaskan dasar-dasar yang baik.¹¹

Secara garis besar adapun beberapa metode yang dapat diterapkan yaitu.

1) Metode langsung adalah metode dimana pembimbing melakukan komunikasi langsung dengan orang yang dibimbingnya, dapat diperinci secara individu dan kelompok, yaitu:

a) Metode individual, dalam hal ini pembimbing melakukan komunikasi langsung secara individual dengan orang tua anak autis. Biasanya dapat dilakukan dengan percakapan pribadi yaitu:

- Pembimbing melakukan dialog langsung tatap muka dengan pihak yang dibimbing.
- Kunjungan dan observasi kerja, yakni pembimbing melakukan percakapan individu sekaligus mengamati kondisi anak dan lingkungannya.

b) Metode kelompok, pembimbing melakukan komunikasi langsung secara berkelompok biasanya dilakukan dengan cara:

¹¹ Heru Kurniawan, "Program Parenting Untuk membentuk karakter anak", (Purwokerto: Jurnal Pendidikan Guru Roudhotul Athfal No.1,2016), hlm. 33

- Diskusi kelompok, yaitu pembimbing melakukan bimbingan dengan cara mengadakan diskusi dengan para orang tua anak dengan gangguan autis.
 - *Group Teaching*, yaitu pemberian bimbingan dengan menggunakan materi tertentu kepada orang tua dengan anak autis.¹²
- 2) Metode tidak langsung, yaitu bimbingan yang dilakukan melalui media massa, hal ini dapat dilakukan secara individual maupun kelompok.
- a) Metode individual
- Melalui surat menyurat
 - Melalui telepon
 - Melalui video
- b) Metode kelompok
- Melalui surat kabar atau majalah
 - Melalui brosur
 - Melalui bimbingan

Pelaksanaan bimbingan parenting di Puskesmas Bumiayu, menggunakan teknik secara langsung dengan metode kelompok. Dimana pada saat parenting diberikan materi-materi sesuai kebutuhan serta dilanjut dengan sesi diskusi.

¹² Tuti Alawiyah, "Metode Pelayanan Bimbingan Rohani Islam Rumah Sakit Bagi PPL Mahasiswa Jurusan BKI (Bimbingan Konseling Islam)", Jurnal BKI, Vol.02 No.01,2020, hlm. 6

b. Stress

Amin dan Al-fandi menyatakan bahwa stres adalah kondisi seseorang dengan rasa tegang dan cemas, takut dan khawatir yang disebabkan karena adanya ketidakseimbangan antara tuntutan dan kemampuan manusia yang disertai dengan ketegangan emosional dan mempunyai pengaruh terhadap kondisi fisik maupun psikis (mental) seseorang. Menurut Lazarus dan Folkman kondisi stres terjadi bila terdapat kesenjangan atau ketidakseimbangan antara tuntutan dan kemampuan. Tuntutan merupakan tekanan-tekanan yang tidak dapat diabaikan karena jika tidak dipenuhi mengakibatkan konsekuensi yang tidak menyenangkan bagi individu¹³

1.) Aspek-aspek stress

Sarafino dan Smith membagi aspek-aspek stres menjadi dua, yaitu:

a) Aspek Biologis

Aspek biologis dari stres yaitu berupa gejala fisik. Gejala fisik dari stres yang dialami individu antara lain sakit kepala, gangguan tidur, gangguan pencernaan, gangguan makan, gangguan kulit, dan produksi keringat yang berlebihan. Disamping itu gejala fisik lainnya juga ditandai dengan adanya otot-otot tegang, pernafasan dan jantung tidak teratur, gugup, cemas, gelisah, perubahan nafsu makan, maag, dan lain sebagainya.

¹³ Smith, 1994, *Psikologi Kesehatan*, Jakarta: Grasindo. Hlm.112

b) Aspek Psikologis

Aspek psikologis stres yaitu berupa gejala psikis. Gejala psikis dari stres antara lain: ¹⁴

- Gejala Kognisi (Pikiran) Kondisi stres dapat mengganggu proses pikir individu.
- Gejala Emosi Kondisi stres dapat mengganggu kestabilan emosi individu. Individu yang mengalami stres akan menunjukkan gejala mudah marah, kecemasan yang berlebihan terhadap segala sesuatu, merasa sedih, dan depresi.
- Gejala Tingkah Laku Kondisi stres dapat mempengaruhi tingkah laku sehari-hari yang cenderung negatif sehingga menimbulkan masalah dalam hubungan interpersonal.

Menurut Hardjana terdapat beberapa aspek stres diantaranya:

a) Aspek Emosional

Gejala yang muncul yaitu mudah marah, kecemasan yang berlebihan terhadap segala sesuatu, gugup, mudah tersinggung, gelisah, harga diri menurun, gampang menyerang orang, merasa sedih dan depresi. ¹⁵

¹⁴ Smith, 1994, *Psikologi Kesehatan*, Jakarta: Grasindo. hlm 115

¹⁵ Rasmun, SKp.,M.Kep. *Stress, Coping, dan Adaptasi Teori dan Pohon Masalah Keperawatan*.(Jakarta, sagung seto, 2004). Hal:10-11

b) Aspek Intelektual

Kondisi stres dapat mengganggu fungsi berpikir, mental image, konsentrasi, dan ingatan individu. Keadaan stres dapat menyebabkan kekhawatiran dan evaluasi diri negatif. Mental image diartikan sebagai citra diri dalam bentuk kegagalan dan ketidakmampuan yang sering mendominasi kesadaran individu yang mengalami stres.

c) Aspek Fisiologis

Gangguan fisiologis adalah gangguan yang berasal dari pola-pola aktifitas fisiologis yang ada. Gejala-gejala yang timbul adalah sakit kepala, konstipasi, nyeri pada otot, menurunnya nafsu seks, cepat lelah dan mual.

d) Aspek Interpersonal

Stres selain terwujud dalam berbagai macam penyakit, dapat pula diungkap dalam ketidakmampuan seseorang menyesuaikan diri dengan lingkungannya.

Sesuai yang dipaparkan diatas maka penulis memutuskan memilih teori yang dikemukakan oleh Hardjana karena lebih sesuai dan dapat diolah dengan data yang didapat dari hasil observasi dan wawancara di lapangan.

2. Penelitian Yang Relevan

Penelitian atau skripsi-skripsi yang sudah ada sebelumnya memberi gambaran umum tentang sasaran yang akan disajikan penulis dalam skripsi ini dan menghindari kesamaan pembahasan dengan skripsi sebelumnya, berikut beberapa penelitian yang relevan:

No.	Karya	Judul	Persamaan	Perbedaan
1.	Skripsi Tri Pahlawani, IAIN Pekalongan Tahun 2018	Implementasi Kegiatan Parenting Bagi Orang Tua Dan Anak Di RA IT Ulul Albab Kota Pekalongan	Sama-sama membahas tentang parenting	Skripsi ini membahas tentang parenting untuk anak normal (bukan autis)
2.	Skripsi Fariza Amalia Muliawati, IAIN Pekalongan 2020	Implementasi Bimbingan Penyuluhan Islam Dalam Program Parenting Qur'ani Untuk Membentuk Sikap Tanggung	Sama-sama membahas tentang parenting	Skripsi ini membahas tentang parenting untuk anak normal (bukan autis)

		Jawab Anak Usia Dini PAUD Buana Kids Tegal		
3.	Jurnal Al-Azhar Indonesia Seri Humaniora, Karya Siti Rahmawati 2017.	Pengaruh Religiusitas Terhadap Penerimaan Orang Tua Anak Autis Di Sekolah Luar Biasa XYZ	Sama-sama membahas tentang anak autis	Jurnal ini menggunakan metode kuantitatif
4.	Pramodana Medha Wisesa, Fakultas Psikologi Universitas Muhamadiyah Surakarta 2021	Kesadaran Parenting Ibu Anak Autis	Sama-sama membahas tentang parenting dan anak autis	Jurnal ini membahas kesadaran parenting sedangkan skripsi penulis membahas mengenai parenting untuk mengasuh anak

				autis
5.	Skripsi Tri Firizbrilian Purbasafir, Universitas Muhammadiyah h Malang. 2018	Psikoedukasi Untuk Meningkatkan Parenting <i>Self- Efficacy</i> Pada Ibu Anak Penyandang Autisme	Sama-sama membahas tentang psikoedukasi untuk parenting dengan anak autis	Skripsi ini menggunakan metode kuantitatif

- a. Skripsi Tri Pahlawani, IAIN Pekalongan tahun 2018 yang berjudul “Implementasi Kegiatan Parenting Bagi Orang Tua Dan Anak Di RA IT Ulul Albab Kota Pekalongan”. Persamaan skripsi ini yaitu sama-sama membahas mengenai parenting untuk mengasuh anak pada umumnya yang tidak memiliki kebutuhan khusus dan perbedaan dengan skripsi yang saya tulis yaitu skripsi ini membahas tentang parenting untuk anak normal sedangkan skripsi saya membahas parenting untuk mengasuh anak autis.
- b. Skripsi Fariza Amalia Muliawati, IAIN Pekalongan 2020 yang berjudul “Implementasi Bimbingan Penyuluhan Islam Dalam Program Parenting Qur’ani Untuk Membentuk Sikap Tanggung Jawab Anak Usia Dini PAUD Buana Kids Tegal”. Persamaan skripsi ini yaitu

sama-sama membahas mengenai parenting untuk mengasuh anak pada umumnya dan perbedaan dengan skripsi yang saya tulis yaitu skripsi ini membahas tentang parenting untuk anak PAUD pada umumnya sedangkan skripsi saya membahas parenting untuk mengasuh anak autis yang memiliki kebutuhan khusus.

- c. Jurnal Al-Azhar Indonesia Seri Humaniora, Karya Siti Rahmawati 2017 yang berjudul “Pengaruh Religiusitas Terhadap Penerimaan Orang Tua Anak Autis Di Sekolah Luar Biasa XYZ”. Hasil dari penelitian jurnal ini yaitu menjadi orang tua dengan anak autis dilihat dari pandangan positif menjadikan anak sebagai pengangkat derajat orang tua dan bisa belajar lebih banyak mengenai arti bersyukur. Persamaan jurnal ini dengan skripsi yang saya tulis yaitu sama-sama membahas tentang anak autis ada juga perbedaannya yaitu jurnal ini menggunakan metode kuantitatif sebagai teknik pengumpulan data, sedangkan skripsi yang saya tulis ini menggunakan metode kualitatif.
- d. Jurnal Pramodana Medha Wisesa, Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta 2021 yang berjudul “Kesadaran Parenting Ibu Anak Autis”. Hasil dari penelitian jurnal ini didapatkan informasi bahwa ada penerapan kesadaran parenting dalam mengasuh anak autis. Usaha yang dilakukan informan dalam menerapkan kesadaran parenting diantaranya mengetahui dan mengenal kehidupan anak, menyadari sejak dini gejala kondisi anak, kemudian memeriksakan anak sedini mungkin.

- e. Skripsi Trialovena Firizbrilian Purbasafir, Universitas Muhammadiyah Malang tahun 2018 yang berjudul “Psikoedukasi Untuk Meningkatkan Parenting *Self-Efficacy* Pada Ibu Anak Penyandang Autisme”. Memiliki persamaan dengan skripsi penulis ini yaitu membahas mengenai psikoedukasi untuk parenting anak autis akan tetapi skripsi ini menggunakan metode kuantitatif untuk penelitiannya.

F. Kerangka Berfikir

Kerangka pemikiran bisa dikatakan sebuah gambaran yang menjelaskan secara garis besar alur berjalannya sebuah penelitian, pada tahap ini gambaran berfikir dijelaskan hubungan antara variabel lainnya.¹⁶ Adapun urutan dari pemikiran kerangka berpikir ini yaitu stress orang tua dengan anak autis dan psikoedukasi dalam program parenting.

Menurut Hardjana terdapat beberapa aspek stres diantaranya:

1. Aspek Emosional

Kondisi stres dapat mengganggu kestabilan emosi individu. Individu yang mengalami stres akan menunjukkan gejala mudah marah, kecemasan yang berlebihan terhadap segala sesuatu, gugup, mudah tersinggung, gelisah, harga diri menurun, gampang menyerang orang, merasa sedih dan depresi.

2. Aspek Intelektual

Kondisi stres dapat mengganggu fungsi berpikir, mental image, konsentrasi, dan ingatan individu. Keadaan stres dapat menyebabkan kekhawatiran dan evaluasi diri negatif. Mental image diartikan sebagai citra

¹⁶ Sugiyono, “*Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*”, (Jakarta: Alfabeta, 2013), hlm. 60

diri dalam bentuk kegagalan dan ketidakmampuan yang sering mendominasi kesadaran individu yang mengalami stres.

3. Aspek Fisiologis

Gangguan fisiologis adalah gangguan yang berasal dari pola-pola aktifitas fisiologis yang ada. Gejala-gejala yang timbul adalah sakit kepala, konstipasi, nyeri pada otot, menurunnya nafsu seks, cepat lelah dan mual.¹⁷

4. Aspek Interpersonal

Stres selain terwujud dalam berbagai macam penyakit, dapat pula diungkap dalam ketidakmampuan seseorang menyesuaikan diri dengan lingkungannya.

Pelaksanaan psikoedukasi dalam program parenting menurut Wals dalam buku ulul azam mempunyai tiga tahapan yaitu tahap awal, tahap inti/kerja dan tahap akhir. Adapun penjelasannya sebagai berikut:

a. Tahap awal, disebut juga dengan tahap pra pelayanan psikoedukasi.

Dalam tahap awal ini pembimbing mulai melakukan pendekatan kepada orang tua.

b. Tahap inti yaitu tahap kerja, setelah tahap awal yang berjalan dengan baik, maka bisa menjadi kelancaran untuk bisa memasuki tahapan kerja. Walsh menyimpulkan bahwa beberapa fokus psikoedukasi adalah sebagai berikut:

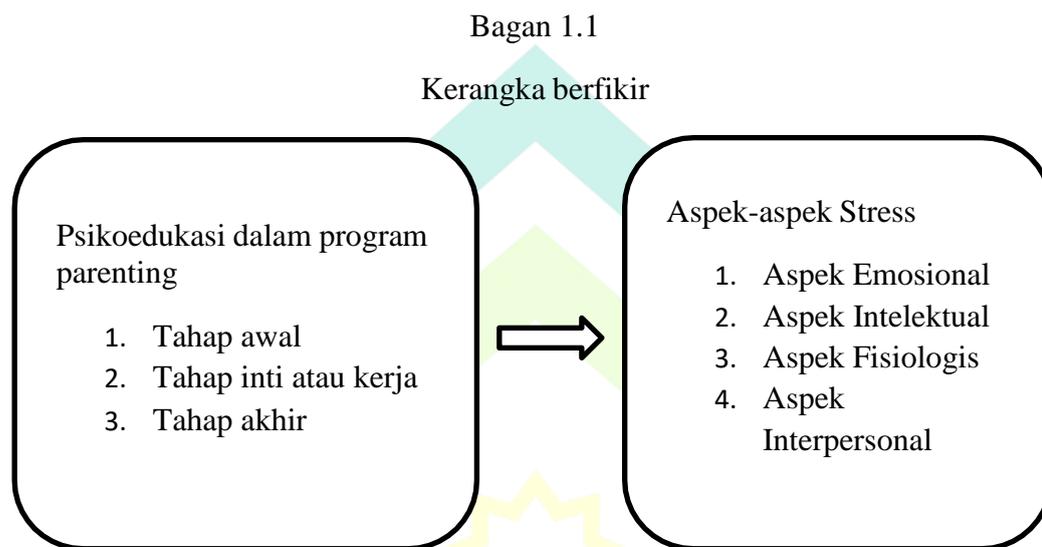
¹⁷ Rasmun, SKp.,M.Kep. *Stress, Koping, dan Adaptasi Teori dan Pohon Masalah Keperawatan.*(Jakarta, sagung seto, 2004). Hal:10-11

- 1) Mendidik partisipan mengenai tantangan hidup. Dalam hal ini tantangan hidupnya adalah mengasuh anak dengan berkebutuhan khusus.¹⁸
 - 2) Membantu partisipan mengembangkan sumber – sumber dukungan dan dukungan sosial dalam menghadapi tantangan hidup.
 - 3) Mengembangkan keterampilan coping untuk menghadapi tantangan hidup.
 - 4) Mengembangkan dukungan emosional.
 - 5) Mengubah sikap dan kepercayaan partisipan terhadap suatu gangguan (disorder).
- c. Tahap akhir, atau penutup. Adapun hal yang perlu diperhatikan yaitu :
- 1) Pembimbing memberikan pengutan-pengutan berupa afirmasi-afirmasi positif kepada orang tua.
 - 2) Pembimbing bertanya mengenai pemahaman orang tua setelah adanya psikoedukasi parenting
 - 3) Salam perpisahan dan membuat perjanjian untuk pertemuan selanjutnya (bila dibutuhkan).¹⁹
- Dengan berdasarkan tahapan psikoedukasi dalam program parenting yang dijelaskan oleh Wals dalam buku ulul azmi, maka terpilihlah aspek stress yang dikemukakan oleh Hardjana.

¹⁸ Mukhtar Latief, dkk, “*Orientasi Baru Pendidikan Anak Usia Dini : Teori dan aplikasi*” (Bandung: Pustaka Setia, 2016), hlm. 262

¹⁹ Widada, “*Program Bimbingan dan Konseling Di Sekolah Dasar*”, Jurnal Pemikiran dan Pengembangan SD Jilid 1 No. 1, 2013, hlm, 127.

Untuk lebih jelasnya diskemakan dalam bagan kerangka
berfikir sebagai berikut:



G. Metode Penelitian

1. Jenis dan Pendekatan

Dalam penulisan skripsi ini penulis menggunakan penelitian kualitatif. Penelitian kualitatif yaitu pendekatan untuk membangun pernyataan pengetahuan berdasarkan perspektif konstruktif, misalnya makna yang bersumber dari pengalaman individu, nilai-nilai sosial dan sejarah dengan tujuan untuk membangun teori atau pola pengetahuan tertentu.²⁰

²⁰ Lexy J Moleong, "Metode Penelitian Kualitatif", (Bandung: Remaja Rosda Karya, 1999), hlm. 138

Dalam penelitian ini jenis penelitian yang digunakan adalah jenis penelitian lapangan. Penelitian lapangan merupakan suatu penelitian untuk memperoleh data yang terjadi dilapangan. Untuk menganalisis dan menyajikan fakta secara sistematis yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang yang dapat diamati.

Penulis mendeskripsikan dan menganalisis terkait parentin untuk membekali orang tua dalam mengasuh anak autis di Puskesmas Bumiayu. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif.

2. Sumber Data

Berdasarkan dari sumber cara memperolehnya sumber data dibedakan menjadi dua, yaitu:

a. Data Primer

Data ini didapat dari lapangan, data yang diperoleh secara langsung dari subjek yang sudah ditentukan oleh peneliti dengan alat pengambilan data yang langsung dari informan. Sumber utama dari penelitian ini yaitu para penanggungjawab program parenting dan orang tua anak autis di Puskesmas Bumiayu.

b. Data Sekunder

Data yang dibutuhkan sebagai pelengkap, data yang diperoleh secara tidak langsung yang digunakan untuk memperkuat sumber data primer dan data yang diperoleh dengan menambahkan referensi buku, jurnal, dan literatur atau eksplorasi yang berkaitan dengan judul

penelitian. Selain sumber diatas, terdapat sumber lainnya yang berupa sumber tertulis, yaitu dokumen tertulis dan *print out* materi mengenai parenting dan autis.

3. Teknik Pengumpulan Data

a. Metode Wawancara

Wawancara adalah bentuk komunikasi antara dua orang, dan melibatkan seseorang yang ingin memperoleh informasi dari seseorang yang lainnya, serta mengajukan pertanyaan-pertanyaan berdasarkan tujuan tertentu. Wawancara secara garis besar dibagi menjadi dua, yaitu wawancara terstruktur yang disebut juga wawancara baku, dimana susunan pertanyaan sudah ditetapkan sebelumnya. Sedangkan wawancara tak terstruktur yang disebut juga wawancara mendalam, wawancara intensif, wawancara kualitatif, dan wawancara terbuka, wawancara yang tidak berpedoman pada pertanyaan.²¹

Penulis melakukan wawancara dengan beberapa pihak yang berperan dalam program parenting di Puskesmas Bumiayu, seperti pihak yang bertanggungjawab dengan program parenting, pengisi kelas parenting, dan orang tua anak autis.

b. Metode observasi

Pada metode ini penulis mengadakan pengamatan langsung di lapangan, dengan melihat, memperhatikan, dan mengamati secara

²¹ Deddy mulyana, "Metode Penelitian kualitatif, Paradigma Baru Ilmu Komunikasi dan Ilmu Sosial Lainnya", (Bandung: Remaja Rosda Karya, 2004), hlm. 180

langsung proses komunikasi yang terjadi di sekitar lokasi penelitian. Sesuai dengan studi lapangan teknik observasi ini diibaratkan sebagai mata, dimana peneliti bisa melihat dan menggali data secara langsung ke tempat penelitian secara lebih leluasa, detail, dan tidak terbatas.²² Pada tahap ini peneliti menggunakan jenis observasi non partisipan dimana peneliti hanya mengamati dan tidak berperan atau ikut bergabung sebagai objek penelitian.

c. Metode Dokumentasi

Metode ini merupakan suatu metode dengan mencari data mengenai hal-hal atau variabel yang berupa catatan, buku, agenda, dan lain sebagainya. Penulis mengumpulkan data dari sejumlah dokumentasi, seperti foto kegiatan program parenting, print out materi program parenting, serta buku-buku dokumentasi yang berkaitan dengan program parenting di Puskesmas Bumiayu.

4. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan proses mencari dan menyusun alur secara sistematis hasil temuan penelitian melalui pengamatan, wawancara, dan lainnya untuk meningkatkan pemahaman peneliti tentang fokus yang dikaji.²³ Analisis data menurut Miles dan Huberman menegaskan bahwa dalam penelitian kualitatif data yang dikumpulkan melalui berbagai teknik

²² Hasyim Hasanah, "Teknik-Teknik Observasi (Sebuah Alternatif Teknik Pengumpulan Data Kualitatif Ilmi-Ilmu Sosial)", Jurnal At-Taqadum Vol.8 No.1 2016, hlm.23

²³ Tuhirin, "Metode Penelitian Kualitatif Dalam Pendidikan Dan Bimbingan Konseling", (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2013), hlm 314

pengumpulan data yang berbeda-beda. Oleh karena itu, data harus diproses dan dianalisis sebelum digunakan.²⁴ Adapun tahap analisis data yaitu:

a. Reduksi Data

Suatu proses penyimpulan data dengan titik fokus pada hal yang inti atau yang penting saja, memperjelas hal-hal utama, menentukan topik, contoh dan polanya serta membuang data yang tidak dibutuhkan. Hasil dari poin inti yang sudah didapatkan dari penggalian data pada tahap ini merupakan hasil proses reduksi data yang dilakukan oleh peneliti secara terus menerus saat melakukan penelitian.

b. Penyajian Data

Proses penyajian data merupakan kumpulan data yang tersusun dan digunakan sebagai acuan dalam membuat kesimpulan. Langkah itu dilakukan karena data yang sudah diperoleh dalam proses penelitian kualitatif berbentuk naratif, sehingga perlu disederhanakan tetapi tidak mengurangi dari isinya. Pada langkah ini, peneliti berusaha untuk mengelompokkan serta menerangkan data yang sesuai dengan inti permasalahan yang dimulai dengan kode disetiap sub pokok persoalan yang dibahas.

²⁴ A.Muri Yusuf, "Metode Penelitian Kualitatif Dan Penelitian Gabungan", (Jakarta: Kencana,2014), hlm. 407

c. Kesimpulan atau Verifikasi

Masuk tahap akhir dalam proses analisa data yang dilakukan yaitu menyimpulkan dan memverifikasi hasil, peneliti membuat kesimpulan dari informasi yang sudah didapatkan. Proses digunakan untuk mencari pentingnya informasi yang diseleksi dengan menemukan kaitan perbedaan dan persamaannya. Kesimpulan ini dapat ditemukan dengan membandingkan dan mencocokkan kesamaan pernyataan oleh subjek yang diteliti dengan adanya konsep mendasar dari hasil teori dalam penelitian tersebut.²⁵

H. Sistematika Penulisan

Untuk mempermudah pembahasan dan pemahaman serta penulisan hasil penelitian yang sistematis tentang pokok-pokok masalah yang akan dibahas, maka sistematika penulisannya sebagai berikut:

Bab I, Pendahuluan merupakan aspek-aspek utama dalam penelitian. Aspek-aspek tersebut diantaranya yaitu latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, tinjauan pustaka, metode penelitian dan sistematika penulisan.

Bab II, Pada bab ini membahas psikoedukasi dalam program parenting untuk mengurangi stress pada orang tua anak autis.

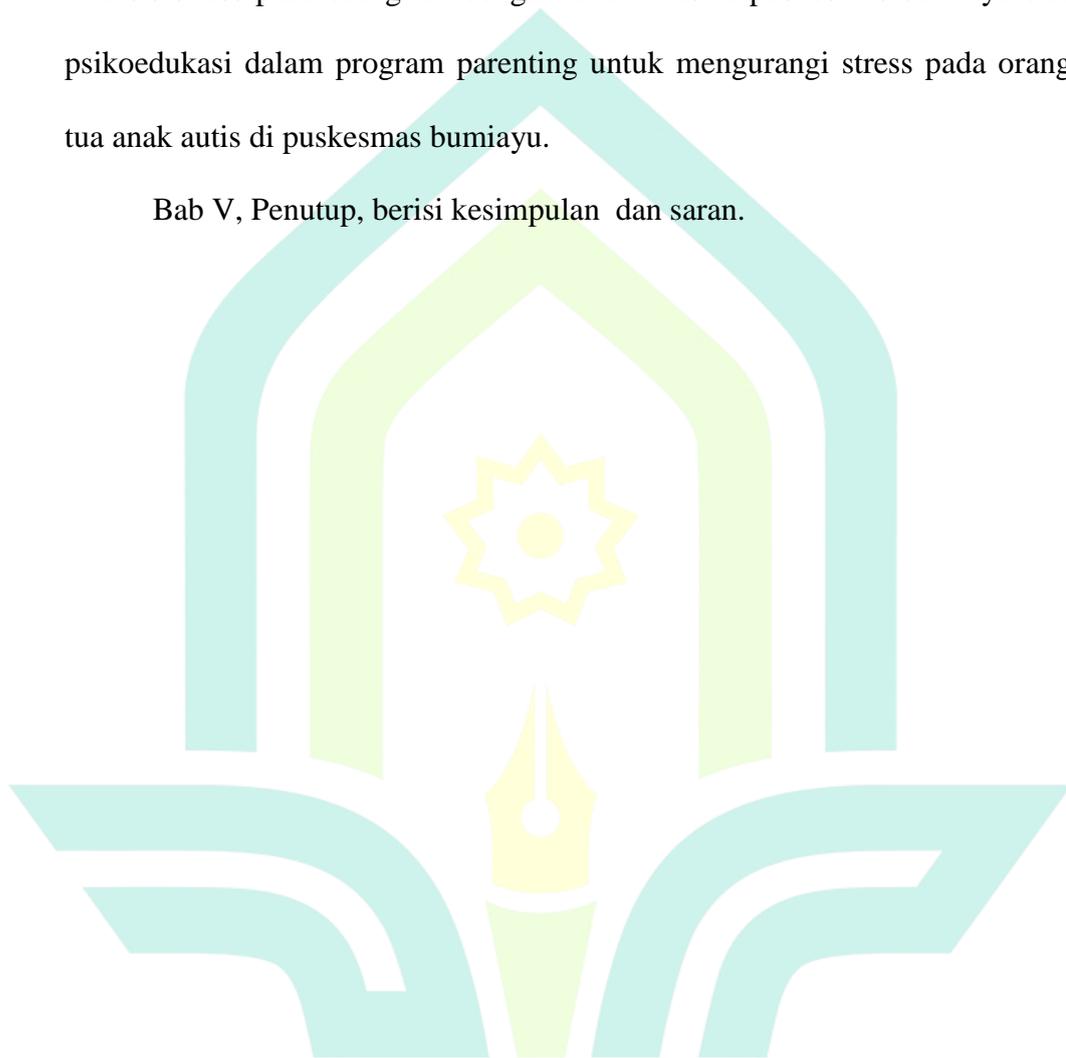
Bab III, Psikoedukasi dalam program parenting untuk mengurangi stress pada orang tua anak autis di puskesmas bumiayu, menjelaskan tentang stress pada orang tua dengan anak autis dan psikoedukasi dalam program

²⁵ Sandu Siyoto dan Ali Sodik, "Dasar Metodologi Penelitian", (Yogyakarta: Literasi Media Publishing, 2015), hlm. 68.

parenting untuk mengurangi stress pada orang tua anak autis di puskesmas bumiayu..

Bab IV, Analisis psikoedukasi dalam program parenting untuk mengurangi stress pada orang tua anak autis di puskesmas bumiayu, berisi analisis stress pada orang tua dengan anak autis di puskesmas bumiayu dan psikoedukasi dalam program parenting untuk mengurangi stress pada orang tua anak autis di puskesmas bumiayu.

Bab V, Penutup, berisi kesimpulan dan saran.



BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan data yang diperoleh peneliti dari hasil penelitian, setelah orang tua dari anak autis mengikuti kelas parenting maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Kondisi orang tua yang mengalami stress sudah membaik sedikit demi sedikit dari sebelumnya. Hal ini dapat dibuktikan dari sikap orang tua yang sudah bisa mengendalikan diri dengan baik terhadap kondisi anaknya yang autis, tidak khawatir dan cemas mengenai upaya-upaya yang bisa diberikan kepada anak autis, serta memahami dan memberikan pola asuh yang sesuai dengan kebutuhan anak autis.

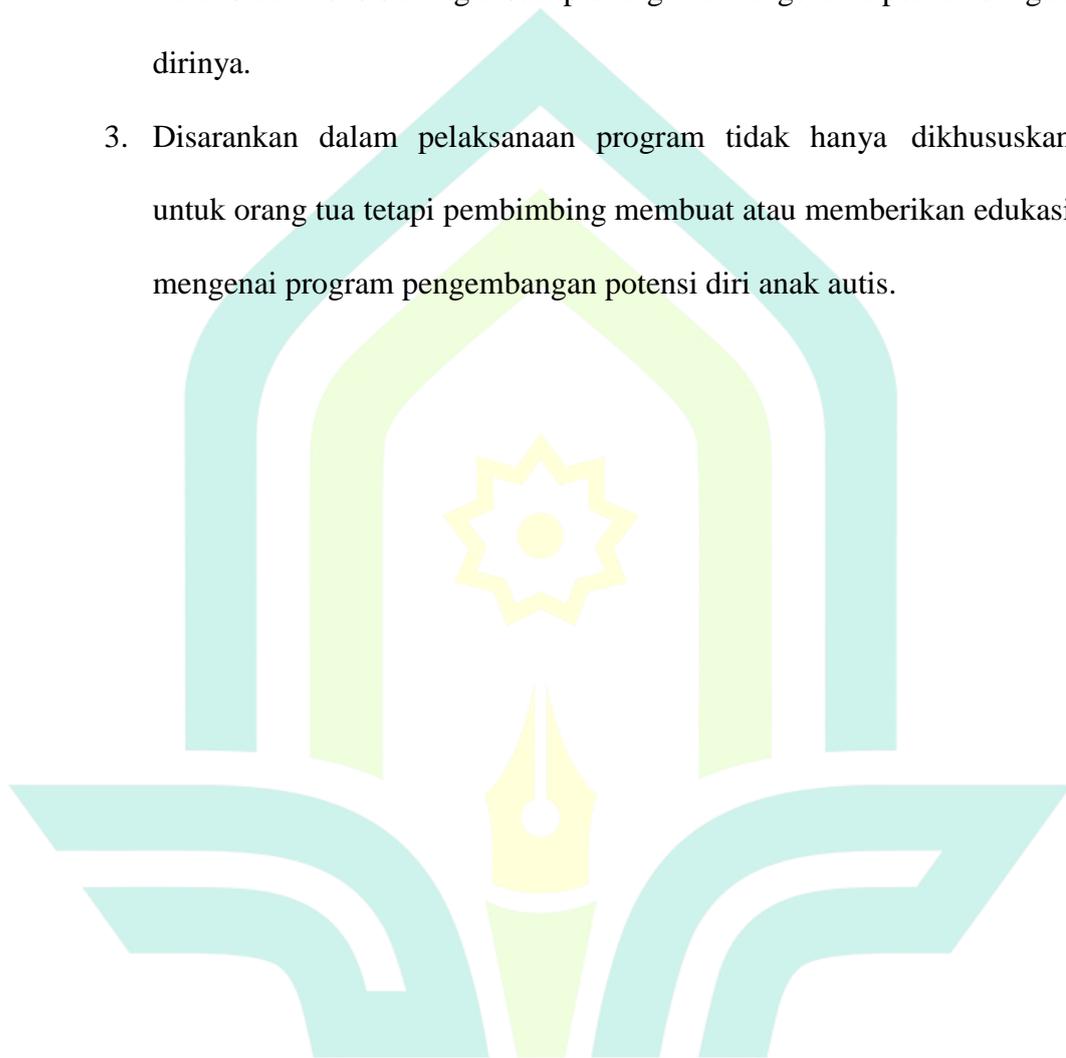
Untuk mengurangi stress pada orang tua anak autis di Puskesmas Bumiayu, dapat dilihat dari empat aspek yaitu aspek emosional, disini orang tua dapat melewati tahapan dengan baik, orang tua dapat meminimalisir masalah kecemasan dengan bukti pengasuhan yang lebih baik. Pada aspek intelektual sudah terlewati dengan baik karena orang tua mampu mengoptimalkan potensinya. Pada aspek fisiologis orang tua sudah dapat melewatinya dengan baik, orang tua dapat memecahkan masalahnya mengenai kesulitan pengasuhan pada anaknya yang menderita autis. Dan pada aspek interpersonal orang tua merasa lebih percaya diri dan dapat menyesuaikan diri pada lingkungan sekitarnya.

2. Proses pelaksanaan psikoedukasi dalam program parenting untuk mengurangi stress pada orang tua anak autis di Puskesmas Bumiayu, dapat dilihat dari tahapan awal yang terlewati dengan baik dibuktikan dengan pembimbing berhasil melakukan pendekatan dengan baik terhadap orang tua dibuktikan dengan orang tua yang mampu mengikuti tahapan-tahapannya dengan baik, terbentuknya interaksi antara pembimbing dan orang tua, terbukanya orang tua dengan pembimbing terkait keluhan, stress yang kerap dirasakan, masalah pola asuh orang tua yang belum tepat, pada tahapan inti sudah terlewati dengan baik karena orang tua dapat menerima maksud dari penyampaian materi yang disampaikan pembimbing, kemudian pada tahapan akhir juga sudah terlewati dengan baik karena pembimbing dapat mengevaluasi perasaan orang tua sehingga orang tua mendapatkan semangat yang baru. Dari data yang sudah dianalisis dapat disimpulkan bahwa Proses pelaksanaan psikoedukasi dalam program parenting untuk mengurangi stress pada orang tua anak autis di Puskesmas Bumiayu, sudah berjalan dengan sangat baik.

B. Saran

Demikian penulis melakukan penelitian terkait dengan proses pelaksanaan psikoedukasi dalam program parenting untuk mengurangi stress pada orang tua anak autis di Puskesmas Bumiayu. Untuk meningkatkan kualitas bimbingan parenting, saran yang dapat penulis sampaikan berdasarkan penelitian adalah sebagai berikut:

1. Bagi peneliti lain disarankan untuk menggunakan metodologi penelitian yang lebih menarik supaya memperoleh data yang lebih banyak.
2. Bagi pembimbing disarankan untuk membuat program evaluasi secara tertulis dan konsisten agar setiap orang tua mengetahui perkembangan dirinya.
3. Disarankan dalam pelaksanaan program tidak hanya dikhususkan untuk orang tua tetapi pembimbing membuat atau memberikan edukasi mengenai program pengembangan potensi diri anak autis.



DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Dida Azulfa
TTL : Pemalang, 2 Januari 1998
Alamat : Desa Tundagan, Kec. Watukumpul, Kab. Pemalang
Jenis Kelamin : Laki-Laki
Agama : Islam
Nama Ayah : Najib Dahirin
Nama Ibu : Turijah
Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam
Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah
Email : didaazulfa2@gmail.com

Riwayat Pendidikan

No	Lembaga Pendidikan	Tahun Lulus
1.	SDN 03 Tundagan	2011
2.	MTsN 1 Pemalang	2014
3.	SMAN 3 Pemalang	2017
4.	Masuk IAIN Pekalongan	2017

Dengan daftar riwayat hidup ini saya buat dengan sebenar-benarnya, untuk digunakan seperlunya.

Pekalongan, 13 Oktober 2023

Penulis


Dida Azulfa
NIM. 3517080