

Kecerdasan Emosional dan Koping Stres Dengan Penyesuaian Diri Pada Ibu yang Memiliki Anak Autis

Diah Prahesti Ayuningtyas

Department of Faculty of Social and Political Sciences, University Mulawarman, Indonesia

Article Info

Article history:

Received March 30, 2020

Revised April 30, 2020

Accepted Mei 30, 2020

Keywords:

Self adjustment

Emotional intelligence

Coping with stress

ABSTRACT

The purpose of this study was to discover the relationship between emotional intelligence and coping stress with the mothers self adjustment who have autism children at Batu Besaung Samarinda. This study uses a quantitative approach. The sample of this study were 68 mothers using sampling jenuh techniques. Data collection methods used are the self adjustment scale, emotional intelligence scale and the coping stress scale. The collected data were analyzed with a simple regression analysis test with the statistical package for social sciences (SPSS) program 20.0 for windows. From The results of the study showed that there was a positive and significant correlation between emotional intelligence and self adjustment with the coefficient beta = 0.651, and the value of t count > t table (6.519 > 1.997) and the value of p = 0.000 (p < 0.05). There was no significant correlation between coping stress with self-producing with the coefficient beta = 0.089, also the value of t count > t table (0.891 > 1.997) and the value of p = 0.376 (p > 0.05). There was a significant correlation between emotional intelligence and coping stress with self adjustment which results in a value of f count > f table (30.372 > 3.14) and a value of p = 0.000 (p < 0.05).

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosional dan koping stres dengan penyesuaian ibu yang memiliki anak autisme di Batu Besaung Samarinda. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Sampel penelitian ini adalah 68 orang ibu dengan menggunakan teknik *sampel jenuh*. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah skala penyesuaian diri, skala kecerdasan emosional dan skala koping stress. Data yang terkumpul di analisis dengan uji analisis regresi sederhana dengan program *statistical package for social sciences (SPSS) 20.0 for windows*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan positif dan signifikan antara kecerdasan emosional dengan penyesuaian diri dengan koefisien beta = 0.651, serta nilai t hitung > t tabel (6.519 > 1.997) dan nilai p = 0.000 (p < 0.05). tidak ada hubungan yang signifikan antara koping stress dengan penyesuaian diri menghasilkan koefisien beta = 0.089, serta nilai t hitung > t tabel (0.891 > 1.997) dan nilai p = 0.376 (p > 0.05). ada hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosional dan koping stress dengan penyesuaian diri yang menghasilkan nilai f hitung > f tabel (30.372 > 3.14) dan nilai p = 0.000 (p < 0.05).

Kata kunci

Penyesuaian diri

Kecerdasan emosional

Koping stres

PENDAHULUAN

Orangtua seringkali berharap anaknya dapat tumbuh dan berkembang dengan baik bahkan jauh sebelum anak tersebut dilahirkan. Beberapa terlahir sebagai anak berkebutuhan khusus (ABK) yang salah satunya adalah anak penderita autisme. Menurut Mulyadi (2011) istilah autisme diambil dari kata *autos* (bahasa Yunani) yang berarti *self* atau 'diri-sendiri', jadi autisme pada dasarnya seseorang yang cenderung menikmati kegiatan dengan dirinya sendiri. Ibaratnya, mereka melakukan *auto-imagination*, *auto-activity*, *auto-interested*, dan lain sebagainya. Dengan kata lain mereka kurang atau tidak mampu berkomunikasi dan bersosialisasi dengan orang lain. Mereka lebih asyik beraktivitas dengan pikiran sendiri, tanpa minat bergaul atau tertarik pada individu lain.

Pada tahun 2015 diperkirakan terdapat kurang lebih 12.800 anak penyandang autis atau 134.000 spektrum autis di Indonesia. Selanjutnya, berdasarkan data Organisasi Kesehatan Dunia (WHO dalam Labola, 2017) prevalensi autisme di Indonesia mengalami peningkatan luar biasa dari 1 per 1.000 penduduk menjadi 8 per 1.000 penduduk dan melampaui rata-rata dunia yaitu 6 per 1.000 penduduk, sedangkan data penderita autisme di wilayah Kaltim khususnya kota Samarinda pada tahun 2000 tercatat ada 113 orang anak dari 640 anak yang bersekolah di Sekolah Luar Biasa (SLB) di Samarinda berdasarkan data dari Dinas Pendidikan Kota Samarinda.

Seseorang yang paling bertanggung jawab terhadap pengasuhan anak berkebutuhan khusus adalah orangtuanya. Menurut Miranda (2013) secara teknis dan emosi, ibu menempati posisi puncak dalam penerimaan dan kesiapan mengasuh anak berkebutuhan khusus. Ibu merasakan rasa tanggung jawab terhadap kondisi normal-

abnormal anaknya karena ibulah yang merasa merawat anak sejak dalam kandungan, melahirkan, hingga masa pertumbuhan anak. Reaksi emosi ibu akan keberadaan anaknya yang berkebutuhan khusus akan terasa lebih terasa karena interaksi ibu terhadap anak berlangsung lebih intens dibandingkan dengan anggota keluarga.

Menurut Desmita (2012) penyesuaian diri merupakan suatu konstruk psikologis yang luas dan kompleks, serta melibatkan semua reaksi individu terhadap tuntutan baik dari luar lingkungan maupun dari dalam individu itu sendiri. Sedangkan, menurut Gerungan (2010) penyesuaian diri dalam arti yang luas dapat berarti mengubah diri sendiri sesuai dengan keadaan lingkungan, tetapi juga mengubah lingkungan sesuai dengan keadaan (keinginan) diri.

Penyesuaian diri dalam istilah psikologis disebut dengan *adjustment*. Davidoff (dalam Fatimah, 2010) menjelaskan bahwa *adjustment* merupakan suatu proses untuk mencari titik temu antara kondisi diri dan tuntutan lingkungan. Individu dikatakan memiliki penyesuaian diri yang buruk jika tidak dapat memenuhi tuntutan yang berasal dari dalam diri maupun lingkungan. Penyesuaian diri yang positif adalah penyesuaian yang tidak menimbulkan adanya ketegangan emosional berlebihan, tidak menunjukkan adanya mekanisme pertahanan diri yang salah, mampu belajar dari pengalaman, bersikap realistis dan objektif, serta memiliki pertimbangan yang rasional dalam pengarahan diri. Ibu yang kurang mampu menyesuaikan diri dengan berbagai masalah atau tuntutan kebutuhan yang muncul akan cenderung mengalami stres. Stres muncul sebagai akibat dari adanya tuntutan yang melebihi kapasitas individu. Stres telah menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari, terlebih lagi bagi ibu yang memiliki anak penderita autisme. Dalam

berinteraksi misalnya, ketidakmampuan anak penderita autisme dalam berkomunikasi lisan maupun tulisan membuat ibu kesulitan dalam memahami keinginan anaknya, hal ini membuat ibu kehilangan banyak energi dan cenderung mengalami stress.

Hasil *screening* pada penelitian ini di berikan kepada ibu yang memiliki anak autisme di Pusat Pelayanan Autis (PLA) dengan subjek sebanyak 30 orang. Hasil yang didapat dari data di atas dapat dilihat bahwa banyak ibu yang masih belum bisa menerima keadaan anaknya yang memiliki gangguan perkembangan autisme. Bahkan masih ada ibu yang menyatakan malu terhadap keluarganya dan lingkungan sekitarnya. Hasil yang didapat sekitar 80% ibu yang merasa tertekan dan tidak dapat menerima kenyataan saat tahu anaknya mengalami autisme, serta 43,3% para ibu menyatakan kesusahan dalam mengupayakan diet untuk anaknya.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan ibu siswa di PLA pada tanggal 13 Desember 2018, diketahui bahwa subjek AS saat mengetahui anaknya mengalami gangguan perkembangan autis subjek beranggapan bahwa subjek mungkin melakukan kesalahan saat subjek mengandung anak. Subjek AS juga beranggapan bahwa gangguan perkembangan disebabkan anaknya pernah terjatuh dari sepeda hingga kepalanya terbentur, akan tetapi subjek tidak melakukan pemeriksaan, Sedangkan subjek R, subjek pada awalnya memang tidak menginginkan kehadiran anak karena rentang usia anak ketiga subjek dengan anak keduanya hanya berbeda satu tahun. Subjek pun mengambil langkah yang cukup serius dengan meminum obat keras agar kehamilannya gugur selama 2 minggu akan tetapi gagal. Suami subjek yang mengetahui hal tersebut pun mengambil tindakan dengan berusaha menyakinkan subjek bahwa apabila anak ketiga mereka lahir

maka suami akan membantu merawat anak. Dengan demikian, subjek akhirnya berhenti mengonsumsi obat keras dan menjaga kandungannya. Subjek R berkata bahwa hal ini yang mungkin menjadi faktor utama mengapa anaknya mengalami gangguan perkembangan autis.

Menurut Goleman (2016) kecerdasan emosional merujuk kepada kemampuan mengenali perasaan kita sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, dan kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri serta hubungan dengan orang lain. Aristoteles (dalam Goleman 2016) mengatakan kecerdasan emosional merupakan keterampilan langka untuk marah pada orang yang tepat dengan kadar yang sesuai, pada waktu yang tepat demi tujuan yang benar, dan dengan cara yang baik.

Lazarus dan folkman (dalam Nasir & Muhith, 2011) mengartikan koping stres sebagai suatu tindakan mengubah kognitif secara konstan dan usaha tingkah laku untuk mengatasi tuntutan internal atau eksternal yang dinilai membebani atau melebihi sumber daya yang dimiliki individu. Koping dipandang sebagai suatu usaha untuk menguasai situasi tertekan tanpa memperhatikan akibat dari tekanan tersebut. Menurut Taylor, Buunk & Aspinwall (dalam Baron, 2005) koping stres mengacu pada cara seseorang untuk mengatasi atau menghadapi ancaman-ancaman dan konsekuensi emosional dari ancaman-ancaman tersebut. Pada orang tua yang memiliki anak dengan gangguan perkembangan, ibu menunjukkan level stress yang sangat tinggi serta bereaksi negatif terhadap ketentuan anak. Hal ini diduga berkaitan dengan waktu yang digunakan ibu dalam mengurus anak dua kali lebih banyak dari ayah, Lassenbery dan Rehfeldt (dalam Susanandari, 2009).

Beberapa penelitian menyebutkan bahwa faktor yang terkait dengan

penyesuaian diri diantaranya adalah penelitian kuantitatif yang dilakukan oleh Abdullah, Elias, Uli dan Mahyuddin (2010) pada 250 mahasiswa Malaysian Public University didapatkan hasil bahwa penyesuaian diri keseluruhan mahasiswa berkorelasi positif dan signifikan dengan aspek *problem-focused coping* dan pada aspek *emotion-focused coping*.

Penelitian yang dilakukan oleh Darsitawati dan Budisetyani (2015) dalam penelitian kuantitatifnya pada 336 perempuan usia pramenopause di Denpasar Selatan didapatkan hasil bahwa ada hubungan positif dan signifikan antara kecerdasan emosional dengan penyesuaian diri ($r=0.913$, $p<0.05$).

Sim dan Mirang (2016) dalam penelitian kuantitatifnya pada 227 mahasiswa keperawatan di Korea didapatkan hasil bahwa ada hubungan positif dan signifikan antara kecerdasan emosional dan *stress coping* dengan penyesuaian diri.

Berdasarkan rangkaian permasalahan yang diuraikan di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian serupa dengan jenis penelitian kuantitatif. Adapun penelitian yang akan dilakukan berjudul "Hubungan antara Kecerdasan Emosional dan Koping Stres dengan Penyesuaian Diri (Pada Ibu yang Memiliki Anak Autisme di Pusat Pelayanan Autis (PLA) Batu Besaung, Samarinda)". Adapun hipotesis dari penelitian ini sebagai berikut:

H₁: Ada hubungan kecerdasan emosional dan koping stres dengan penyesuaian diri ibu yang memiliki anak autisme.

H₀: Tidak ada hubungan antara kecerdasan emosional dan koping stres dengan penyesuaian diri ibu yang memiliki anak autisme.

METODE PENELITIAN

Subjek Penelitian

Subjek pada penelitian ini adalah ibu yang memiliki anak autis di Pusat Pelayanan Autis (PLA) Batu Besaung, Samarinda.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan skala tipe likert. Skala yang disusun menggunakan bentuk likert memiliki empat alternatif jawaban yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS). Penelitian ini menggunakan sistem try out terpakai yaitu skala tersebut disebar hanya sekali kepada responden dan dianalisis hasilnya tanpa melakukan perubahan terhadap aitem-aitemnya (Safitri dkk, 2014). Alat pengukuran yang digunakan ada tiga macam yaitu skala komitmen organisasi, skala kepuasan kerja dan skala pengembangan karir.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi linear berganda. Keseluruhan teknik analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan bantuan program SPSS 20.00 for windows.

HASIL PENELITIAN

Uji Deskriptif

Berikut mean empirik dan mean hipotesis penelitian ini.

Tabel 1. Mean Empiris dan Mean Hipotesis

Variabel	Mean	SD	Mean	SD	Status
	Empirik	Empirik	Hipotetik	Hipotetik	
Penyesuaian diri	103.40	9.669	90	18	Tinggi
Kecerdasan emosional	86.57	6.723	77.5	15.5	Tinggi
Koping Stres	91.49	5.981	77.5	15.5	Tinggi

Berdasarkan tabel 1, diketahui gambaran sebaran data pada subjek penelitian didapatkan hasil mean empirik 103.40 lebih tinggi dari mean hipotetik 90 dengan kategori tinggi. Hal ini membuktikan bahwa subjek berada pada kategori penyesuaian diri yang tinggi.

Uji Normalitas

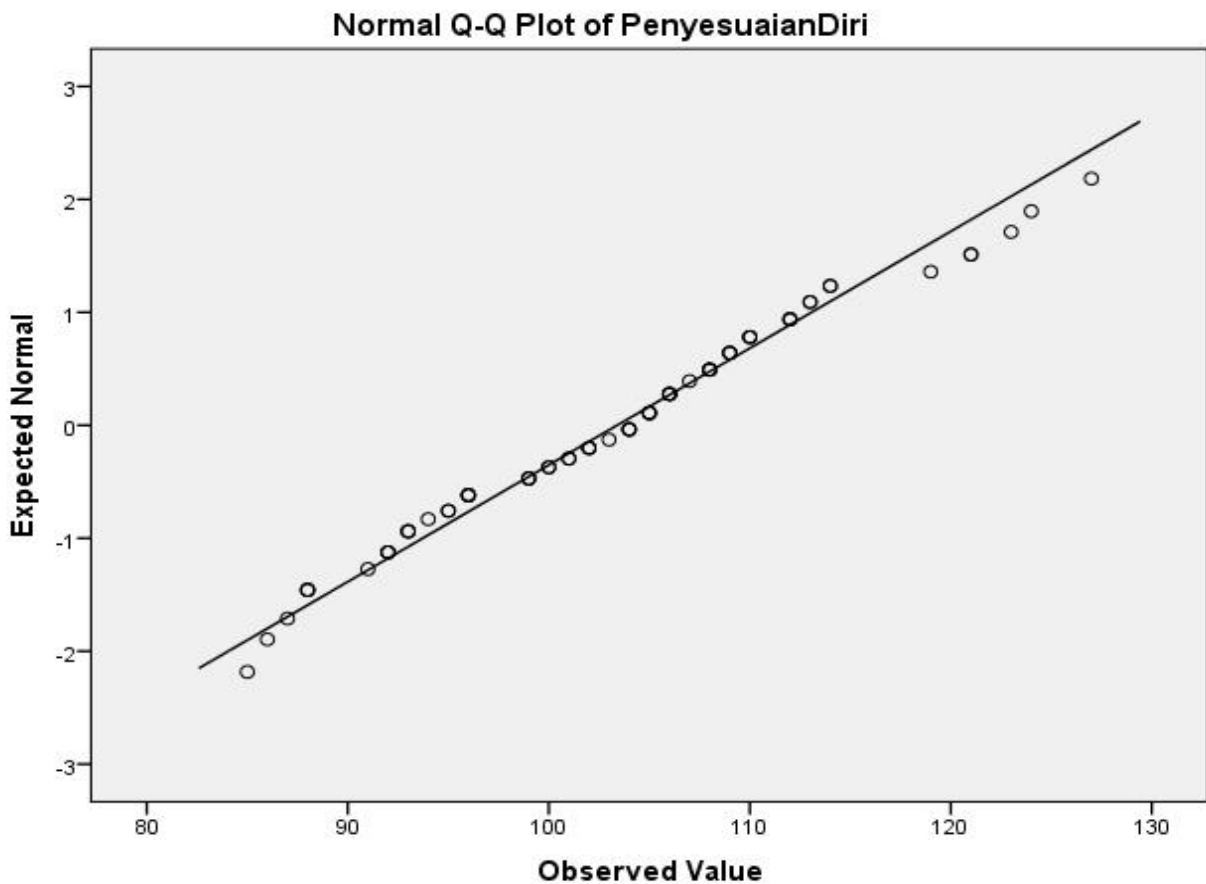
Adapun kaidah yang digunakan dalam uji normalitas adalah jika $p > 0.05$ maka sebaran datanya normal, sebaliknya jika $p < 0.05$ maka sebaran datanya tidak normal, Santoso (2012). Hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas

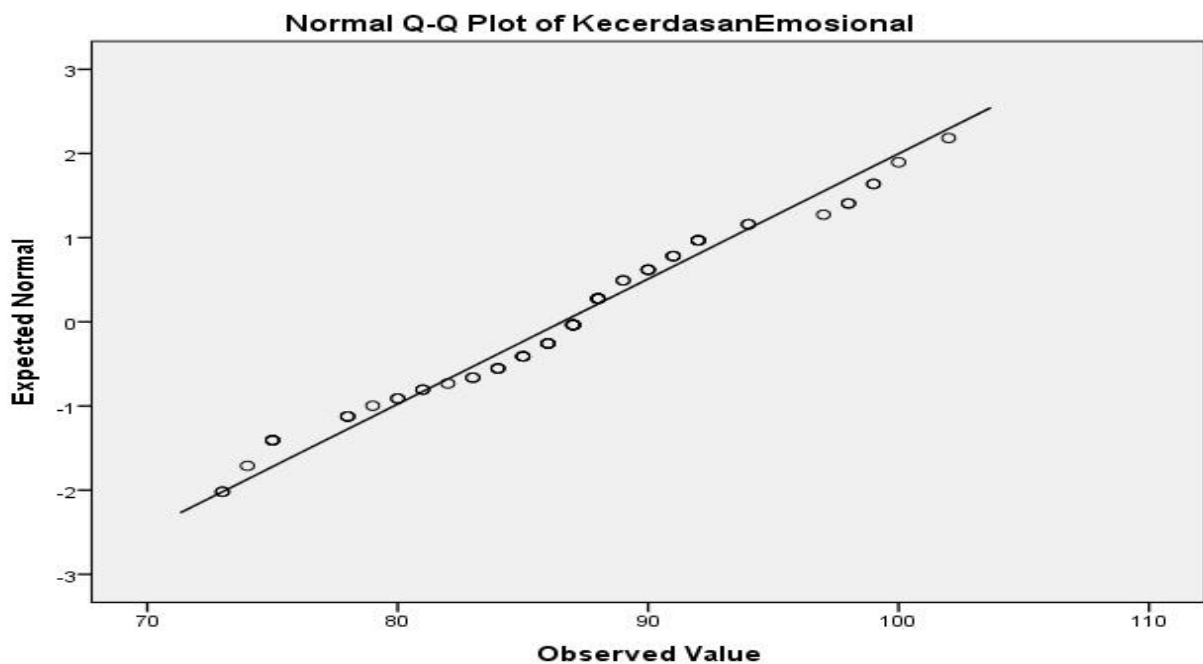
Variabel	Kolmogorov Smirnov P	Keterangan
Penyesuaian Diri	0.200	Normal
Kecerdasan Emosional	0.097	Normal
Koping Stres	0.068	Normal

Berdasarkan tabel 2. Diketahui bahwa data pada masing-masing variabel menghasilkan nilai probabilitas atau $p > 0.05$, dengan nilai p pada variabel penyesuaian diri menghasilkan nilai $p = 0.200$. Variabel

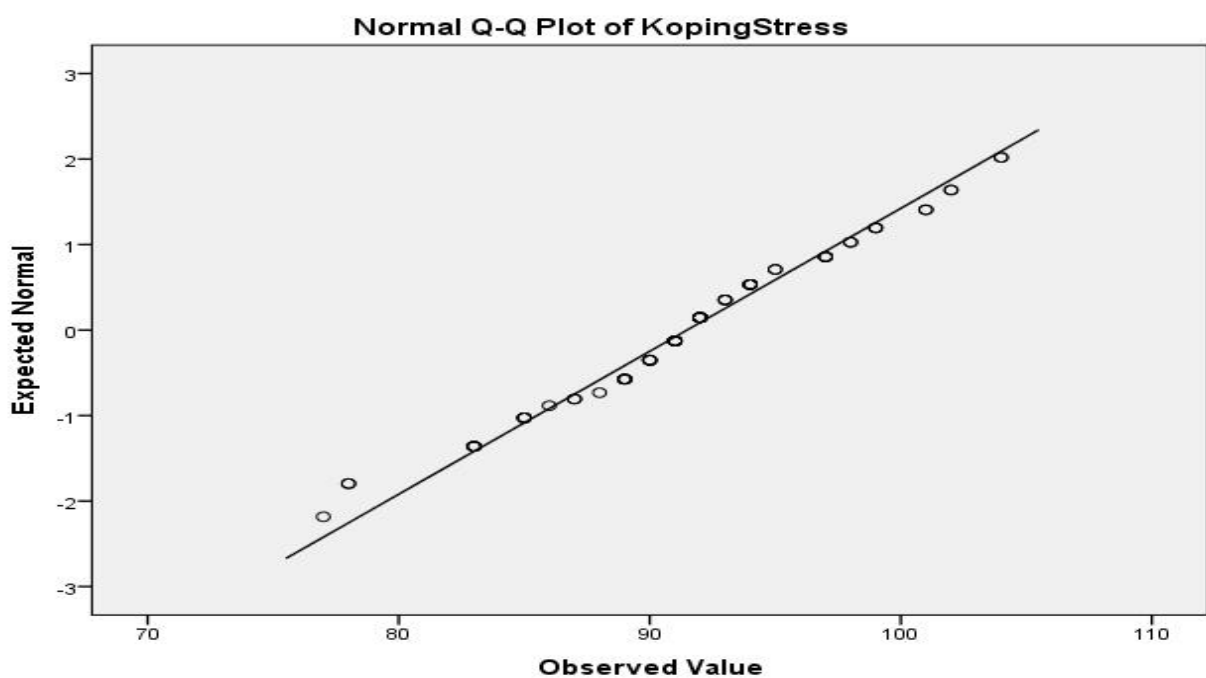
kecerdasan emosional menghasilkan nilai $p = 0.97$ dan variabel koping stres menghasilkan nilai $p = 0.068$, dengan gambaran normal masing-masing Q-Q Plot adalah sebagai berikut:



Gambar 1. Q-Q Plot Penyesuaian Diri



Gambar 2.Q-Q Plot Kecerdasan Emosional



Gambar 2.Q-Q Plot Koping Stres

Uji Linieritas

Adapun kaidah yang digunakan dalam uji linearitas hubungan adalah bila nilai *deviant for linearity* $p > 0.05$ dan nilai f

hitung $< f$ tabel pada taraf signifikansi 0.05 maka dinyatakan linier (dalam Hadi, 2010).

Tabel 3. Hasil Uji Linieritas Hubungan

Variabel	F Hitung	F Tabel	P	Keterangan
Penyesuaian Diri-Kecerdasan Emosional	1.603	1.78	0.091	Linear
Penyesuaian Diri-Koping Stres	1.383	1.81	0.184	Linear

Berdasarkan tabel 3, kecerdasan emosional dengan penyesuaian diri mendapatkan hasil nilai *deviant from Linierity* P sebesar 0.091 ($p > 0.05$) dan F hitung sebesar 1.603 lebih kecil dari 1.78. koping stress dengan penyesuaian diri mendapatkan nilai *deviant from Linierity* P sebesar 0.184 ($p > 0.05$) dan F hitung sebesar 1.383 lebih kecil dari 1.8. hal ini menunjukkan hubungan antara perilaku perundungan dunia maya dengan literasi media dinyatakan linier.

Uji Hipotesis

Hasil Uji Hipotesis: Analisis Regresi Model Penuh

Pengujian hipotesis yang disajikan dalam bentuk analisis regresi model penuh bertujuan untuk menguji hipotesis ke-3 dalam penelitian. Kaidah yang digunakan adalah jika nilai f hitung $>$ f tabel pada taraf signifikansi 0.05, dan nilai $p < 0.05$, maka H_1 diterima, H_0 ditolak. Sebaliknya, jika nilai f hitung $<$ f tabel pada taraf signifikansi 0.05 dan nilai $p > 0.05$ maka H_1 ditolak, H_0 diterima, Santoso (2012). Berikut rangkuman hasil analisis model penuh disajikan dalam tabel di bawah ini:

Tabel 4. Rangkuman Hasil Analisis Regresi Model Penuh

Variabel	F Hitung	F Tabel	R ²	P
Kecerdasan Emosional (X ₁)				
Koping Stres (X ₂)	30.372	3.14	0.483	0.000
Penyesuaian Diri (Y)				

Berdasarkan tabel. 4, diketahui bahwa kecerdasan emosional dan koping stres berhubungan sangat signifikan terhadap penyesuaian diri ibu yang memiliki anak autisme di PLA Batu Besaung Samarinda, dengan nilai f hitung sebesar 30.372 lebih besar daripada f tabel sebesar 3.14 dan nilai p sebesar 0.000 jauh lebih kecil dari 0.05. Hal ini menunjukkan bahwa H_1 diterima dan H_0 ditolak. Adapun kontribusi pengaruh (R²) kecerdasan emosional dan koping stres terhadap penyesuaian diri adalah sebesar 0.483.

Hasil Uji Hipotesis: Analisis Regresi Bertahap

Pengujian hipotesis yang disajikan dalam bentuk analisis regresi sederhana bertujuan untuk memprediksi atau menguji sejauh mana sebab akibat satu variabel bebas terhadap variabel terikat. Dengan kaidah jika nilai t hitung $>$ t tabel pada taraf signifikansi 0.05 dan nilai $p < 0.05$ maka H_1 diterima, H_0 ditolak. Sebaliknya, jika nilai t hitung $<$ t tabel pada taraf signifikansi 0.05 dan nilai $p > 0.05$ maka H_1 ditolak, H_0 diterima, Santoso (2012). Berikut rangkuman hasil analisis regresi sederhana disajikan dalam tabel di bawah ini:

Tabel. 5 Rangkuman Hasil Analisis Regresi Bertahap

Variabel	Beta	T Hitung	T Tabel	P
Kecerdasan Emosional (X ₁)	0.651	6.519	1.997	0.000
Penyesuaian Diri (Y)				
Koping Stress (X ₂)	0.089	0.891	1.997	0.376
Penyesuaian Diri (Y)				

Berdasarkan tabel 5, kecerdasan emosional dengan penyesuaian diri memiliki nilai koefisien beta (β) sebesar 0.651, serta nilai t hitung sebesar 6.519 lebih besar daripada t tabel sebesar 1.997 dan nilai p sebesar 0.000 jauh lebih kecil dari 0.05, maka hipotesis pertama penelitian ini H_1 diterima dan H_0 ditolak, yang berarti semakin tinggi kecerdasan emosional maka semakin tinggi penyesuaian diri yang terjadi dan sebaliknya semakin rendah kecerdasan. Koping stress dengan penyesuaian diri menunjukkan nilai koefisien beta (β) sebesar 0.089, serta nilai t hitung sebesar 0.891 lebih kecil daripada t tabel sebesar 1.997 dan nilai p sebesar 0.376 jauh lebih besar dari 0.05, maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis kedua penelitian ini H_1 ditolak dan H_0 diterima.

Uji Hipotesis Tambahan

Uji analisis korelasi parsial bertujuan untuk mengukur korelasi antara dua variabel dengan mengeluarkan pengaruh dari satu atau beberapa variabel lain dengan kaidah nilai t hitung > t tabel pada taraf signifikansi 0.05 dan nilai p < 0.05, maka memiliki hubungan positif dan signifikan. Jika memenuhi kedua kaidah, namun terdapat tanda negatif (-) di depan angka, maka memiliki hubungan negatif dan signifikan. Sementara itu, jika nilai t hitung < t tabel dan nilai p > 0.05, maka tidak memiliki hubungan yang signifikan, Santoso (2012).

Berikut rangkuman hasil analisis korelasi parsial disajikan dalam tabel di bawah ini:

Tabel. 6 Rangkuman Hasil Analisis Korelasi Parsial dengan Aspek Kematangan Emosional (Y_{1A})

Variabel	Beta	T Hitung	T Tabel	P
Mengenali emosi diri (X_{1A})	0.320	2.131	1.997	0.037
Mengelola emosi (X_{1B})	0.053	0.444	1.997	0.658
Motivasi diri sendiri (X_{1C})	0.080	0.635	1.997	0.528
Mengenal emosi orang lain (X_{1D})	-0.069	-0.442	1.997	0.660
Membina hubungan (X_{1E})	0.100	0.576	1.997	0.567
<i>Problem Focused Coping</i> (X_{2A})	0.151	0.962	1.997	0.340
<i>Emotion Focused Coping</i> (X_{2B})	-0.125	-1.042	1.997	0.302

Berdasarkan tabel. 6, diketahui bahwa aspek mengenali emosi diri dengan aspek kematangan emosional memiliki hubungan yang signifikan dengan kematangan emosional dan menghasilkan nilai koefisien

beta (β) = 0.320, t hitung = 2.131 > 1.997 dan nilai p = 0.037. Sedangkan, aspek lain tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan kematangan emosional.

Tabel. 7 Rangkuman Hasil Analisis Korelasi Parsial dengan Aspek Kematangan Intelektual (Y_{1B})

Variabel	Beta	T Hitung	T Tabel	P
Mengenali emosi diri (X_{1A})	0.444	3.209	1.997	0.002
Mengelola emosi (X_{1B})	0.167	0.527	1.997	0.132
Motivasi diri sendiri (X_{1C})	0.050	0.435	1.997	0.665
Mengenal emosi orang lain (X_{1D})	0.277	1.916	1.997	0.060
Membina hubungan (X_{1E})	-0.146	-0.914	1.997	0.364
<i>Problem Focused Coping</i> (X_{2A})	0.058	0.399	1.997	0.692
<i>Emotion Focused Coping</i> (X_{2B})	0.000	-0.002	1.997	0.999

Berdasarkan tabel. 7, diketahui bahwa aspek mengenali emosi diri dengan aspek kematangan intelektual memiliki hubungan yang signifikan dan positif serta

menghasilkan koefisien beta (β) = 0.444, t hitung = 3.209 > 1.997 dan nilai p = 0.002. Sedangkan, aspek lain tidak memiliki

hubungan yang signifikan dengan kematangan intelektual.

Tabel. 8 Rangkuman Hasil Analisis Korelasi Parsial dengan Aspek Kematangan Sosial (Y_{1C})

Variabel	Beta	T Hitung	T Tabel	P
Mengenali emosi diri(X_{1A})	0.266	2.385	1.997	0.020
Mengelola emosi(X_{1B})	0.123	1.395	1.997	0.168
Motivasi diri sendiri(X_{1C})	0.110	1.180	1.997	0.243
Mengenal emosi orang lain(X_{1D})	0.364	3.122	1.997	0.003
Membina hubungan(X_{1E})	0.069	0.539	1.997	0.592
<i>Problem Focused Coping</i> (X_{2A})	0.184	1.578	1.997	0.120
<i>Emotion Focused Coping</i> (X_{2B})	-0.008	-0.090	1.997	0.929

Berdasarkan tabel. 8, diketahui bahwa aspek mengenali emosi diri dengan aspek kematangan sosial menghasilkan nilai koefisien beta (β) = 0.266, t hitung = 2.385 > 1.997 dan nilai p = 0.020 dan aspek mengenali emosi orang lain dengan kematangan sosial menghasilkan nilai koefisien beta (β) = 0.364, t hitung = 3.122 <

1.997 dan nilai p = 0.003. Hal ini menunjukkan bahwa aspek mengenali emosi diri dan mengenali emosi orang lain memiliki hubungan yang signifikan dengan kematangan sosial. Sedangkan, aspek lain tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan kematangan sosial.

Tabel. 9 Rangkuman Hasil Analisis Korelasi Parsial dengan Aspek Tanggung Jawab (Y_{1D})

Variabel	Beta	T Hitung	T Tabel	P
Mengenali emosi diri(X_{1A})	0.574	4.607	1.997	0.000
Mengelola emosi(X_{1B})	0.171	1.742	1.997	0.087
Motivasi diri sendiri(X_{1C})	0.192	1.849	1.997	0.069
Mengenal emosi orang lain(X_{1D})	0.226	1.735	1.997	0.088
Membina hubungan(X_{1E})	-0.144	-1.005	1.997	0.319
<i>Problem Focused Coping</i> (X_{2A})	-0.062	-0.474	1.997	0.637
<i>Emotion Focused Coping</i> (X_{2B})	0.069	0.693	1.997	0.491

Berdasarkan tabel. 9, diketahui bahwa aspek mengenali emosi diri dengan aspek tanggung jawab menghasilkan nilai koefisien beta (β) = 0.574, t hitung = 4.607 > 1.997 dan nilai p = 0.000. Hal ini menunjukkan bahwa aspek mengenali emosi diri memiliki hubungan yang signifikan dengan aspek tanggung jawab. Sedangkan, aspek lain tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan tanggung jawab.

Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis regresi penuh menunjukkan bahwa kecerdasan emosional dan koping stres berhubungan secara nyata dan signifikan terhadap penyesuaian diri ibu di Pusat Pelayanan Autis Batu Besaung Samarinda dibuktikan

dengan nilai f hitung sebesar 30.372 lebih besar daripada f tabel sebesar 3.14 dan nilai p sebesar 0.000 jauh lebih kecil dari 0.05. Hal ini menunjukkan bahwa H_1 diterima dan H_0 ditolak.

Kontribusi hubungan (R^2) kecerdasan emosional dan koping stres terhadap penyesuaian diri adalah sebesar 0.483, hal ini menunjukkan bahwa 48.3 persen dari variasi penyesuaian diri dapat dijelaskan oleh kecerdasan emosional dan koping stres. Sedangkan sisanya 51.7 persen dijelaskan oleh variabel lain atau sebab-sebab lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Individu yang digolongkan memiliki kemampuan menyesuaikan diri yang baik akan mampu bereaksi secara efektif terhadap situasi yang berbeda, dapat

menyelesaikan konflik, frustrasi, dan masalah tanpa menggunakan tingkah laku simtomatik (Semion, 2006) Semion juga menambahkan penyesuaian diri yang baik tanpa perilaku simtomatik yaitu pengendalian diri mengatur impuls-impuls, pikiran-pikiran, kebiasaan, emosi dan tingkah laku sesuai prinsip diri dan masyarakat.

Penelitian yang dilakukan oleh Rahayuningsih dan Adriani (2011) di Universitas Syiah Kuala memperoleh data penyesuaian diri rata-rata sebesar 98,69. Selanjutnya penyesuaian diri orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus di Banda Aceh dikategorikan baik bila $> 98,69$ dan kurang baik bila $< 98,69$. Hasil penelitian menunjukkan 54,05% responden menunjukkan penyesuaian diri yang baik sedangkan 45,95% responden menunjukkan penyesuaian diri yang buruk. Selanjutnya dasar penyesuaian diri pada ibu yang memiliki anak autism sendiri beragam berdasarkan data penelitian yang dilakukan seperti adanya faktor rasa sedih dan syok saat mengetahui keadaan sang anak, kekhawatiran pada kemandirian dan masa depan sang anak, masalah pada penerimaan dan menyesuaikan diri pada lingkungan sekitar baik internal dan eksternal, serta susahny menyesuaikan pola diet yang baik untuk sang anak.

Hal ini sesuai dengan wawancara seorang subjek P yang menyatakan bahwa subjek pada awalnya syok saat mengetahui bahwa anaknya menyandang status autism, subjek terkadang masih kewalahan dan kesal menghadapi pola aktif sang anak. terkadang tidak tega saat akan menerapkan diet pada sang anak. subjek juga menyatakan jika ia tidak tega memberikan diet pada sang anak. Subjek memiliki kekhawatiran berlebih pada masa depan sang anak. Hal ini sejalan dengan temuan yang diperoleh Logar (dalam Valentina, 2014) bahwa orangtua dengan anak disabilitas pada awalnya akan menunjukkan

reaksi kedukaan yang kemudian diikuti dengan terkejut, menyangkal, barulah kemudian belajar untuk menyesuaikan diri dengan kondisi tersebut. Penyesuaian tersebut terjadi sepanjang kehidupan orangtua dengan anak disabilitas. Tidak ada alat atau metode yang tepat untuk meningkatkan kekuatan emosi orangtua dengan anak disabilitas.

Hasil analisis regresi bertahap menunjukkan bahwa kecerdasan emosional berhubungan secara positif dan signifikan terhadap penyesuaian diri ibu di Pusat Pelayanan Autism Batu Besaung Samarinda, dibuktikan dengan koefisien beta (β) sebesar 0.651, serta nilai t hitung sebesar 6.519 lebih besar daripada t tabel sebesar 1.997 dan nilai p sebesar 0.000 jauh lebih kecil dari 0.05, maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis pertama penelitian ini H_1 diterima dan H_0 ditolak yang berarti semakin tinggi kecerdasan emosional maka semakin tinggi penyesuaian diri yang terjadi dan sebaliknya semakin rendah kecerdasan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Astasari dan Lestari (2016) koefisien korelasi antara kecerdasan emosional dan penyesuaian pernikahan sebesar 0.503 dengan taraf signifikansi 0.000 ($p < 0.05$). Penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang positif dan signifikan antara kecerdasan emosional dengan penyesuaian diri. Mengelola emosi diri berpengaruh juga terhadap pembentukan penyesuaian diri yang baik pada seseorang, karena dengan mengelola emosi seseorang berhasil menghibur diri dalam kesulitan, meredakan kecemasan, kemurungan, dan mempertahankan diri untuk tidak mudah putus asa (Goleman, 2016)

Hasil penelitian analisis regresi bertahap koping stress dengan penyesuaian diri menunjukkan nilai koefisien beta (β) sebesar 0.089, serta nilai t hitung sebesar 0.891 lebih kecil daripada t tabel sebesar 1.997 dan nilai p sebesar 0.376

jauh lebih besar dari 0.05, maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis kedua penelitian ini H_1 ditolak dan H_0 diterima. Hal ini menunjukkan bahwa koping stress dan penyesuaian diri tidak memiliki hubungan yang signifikan.

Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian Benson (2014), hasil penelitian Benson menunjukkan bahwa ada hubungan yang negatif dan signifikan antara koping dengan penyesuaian dengan signifikansi atau p ($b = -0.074$, $p < 0.001$) dan ($b = -0.826$, $p < 0.001$), pengalihan/distraksi ($r = 15.52$, $SD = 4.58$), dan *cognitive reframing* ($r = 16.13$, $SD = 3.88$). Koping telah menempatkan diri sebagai kunci mekanisme dengan cara orangtua beradaptasi dengan stres, termasuk stres dalam hal pengasuhan anak dengan autisme atau cacat lainnya. Didefinisikan sebagai suatu proses di mana individu merespon ancaman stres Smith (dalam Benson, 2014). Salah satu faktor yang mungkin membantu menjelaskan mengapa beberapa Ibu berhasil menyesuaikan diri dengan ASD anak mereka, sementara yang lain tidak dapat melakukannya adalah cara mereka merespons, secara kognitif dan secara perilaku, untuk tuntutan yang terkait dengan anak mereka gangguan autistik, suatu proses yang secara luas disebut sebagai koping.

Berdasarkan hasil dari analisis uji korelasi parsial diketahui bahwa aspek mengenali emosi diri dengan aspek kematangan emosional memiliki hubungan yang signifikan dengan kematangan emosional dan menghasilkan nilai koefisien beta (β) = 0.320, t hitung = 2.131 > 1.997 dan nilai $p = 0.037$.

Walgito (dalam Anisa dan Handayani, 2012) menjelaskan bahwa individu yang matang emosinya mampu menerima apa adanya, tidak impulsif, emosi terkontrol, sabar dan pengertian, bertanggung jawab dan dapat mengenal emosi dirinya dengan baik. Kematangan emosional berhubungan

dengan mengelola emosi, hal ini karena Ibu dengan kematangan emosional yang baik juga akan mampu mengelola emosi dengan baik, sebab mampu menerima keadaan emosi diri dan mengenal emosi orang lain serta sabar.

Berdasarkan hasil dari analisis uji korelasi parsial diketahui bahwa aspek mengenali emosi diri dengan aspek kematangan intelektual memiliki hubungan yang signifikan dan positif serta menghasilkan koefisien beta (β) = 0.444, t hitung = 3.209 > 1.997 dan nilai $p = 0.002$.

Bar-On (dalam Artha dan Supriyadi, 2013) menyampaikan bahwa orang yang cerdas secara emosi cenderung untuk lebih optimis, fleksibel, lebih realistis, dan mampu mengatasi masalah serta menghadapi tekanan. Golman (2016) orang yang memiliki intelektual yang tinggi dapat menyampaikan gagasan dengan luwes, memecahkan masalah dengan baik, cenderung mawas diri dan dapat menghargai pendapat orang lain serta selalu bersifat positif yang membuatnya dapat mengenali emosinya dengan baik. Kematangan intelektual berhubungan dengan mengenal emosi diri, hal ini karena orang yang memiliki kematangan intelektual tinggi dapat mengenali emosi dirinya dengan baik, seperti yang dikemukakan oleh Golman (2016).

Berdasarkan hasil dari analisis uji korelasi parsial diketahui bahwa aspek mengenali emosi diri dengan aspek kematangan sosial menghasilkan nilai koefisien beta (β) = 0.266, t hitung = 2.385 > 1.997 dan nilai $p = 0.020$ dan aspek mengenali emosi orang lain dengan kematangan sosial menghasilkan nilai koefisien beta (β) = 0.364, t hitung = 3.122 < 1.997 dan nilai $p = 0.003$. Hal ini menunjukkan bahwa aspek mengenali emosi diri dan mengenali emosi orang lain memiliki hubungan yang signifikan dengan kematangan sosial.

Kematangan sosial menurut Rifai (dalam Ananda dan Kristiana, 2017), adalah dapat menerima orang lain apa adanya, tidak mudah menolak orang lain, mengembangkan dan membebaskan dirinya dari masalah. Menurut Salovey dan Mayer (dalam Artha dan Supriyadi, 2013), mengenal emosi merupakan bagian dari kematangan sosial yang melibatkan kemampuan untuk memantau emosi dan perasaan diri sendiri dan orang lain, membedakan emosi diri sendiri dan orang lain, serta menggunakan informasi tersebut untuk mengarahkan pikiran dan tindakan seseorang.

Berdasarkan hasil dari analisis uji korelasi parsial diketahui bahwa aspek mengenali emosi diri dengan aspek tanggung jawab menghasilkan nilai koefisien beta (β) = 0.574, t hitung = 4.607 > 1.997 dan nilai p = 0.000. Hal ini menunjukkan bahwa aspek mengenali emosi diri memiliki hubungan yang signifikan dengan aspek tanggung jawab.

Menurut Prasetya (dalam Senjari, 2017) tanggung jawab adalah kesadaran manusia akan tingkah laku atau perbuatan yang disengaja maupun yang tidak disengaja. Tanggung jawab juga perwujudan dari kesadaran atas kewajiban seseorang. Sedangkan menurut Golman (2016), dasar mengenali emosi diri merupakan keadaan dimana suatu individu memiliki kesadaran diri dengan baik dan dapat memantau perasaannya dari waktu ke waktu serta dapat bertanggung jawab dengan keadaan dirinya. Tanggung jawab memiliki hubungan dengan mengenal emosi diri, hal ini karena ibu yang memiliki tanggung jawab yang baik juga akan mampu mengenal emosinya dengan baik serta memiliki kesadaran yang baik pula.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, terdapat beberapa keterbatasan penelitian, diantaranya penelitian ini hanya mengukur dua faktor yaitu kecerdasan emosional dan koping

stres yang mempengaruhi penyesuaian diri, sedangkan masih banyak faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri.

Penggunaan *try out* terpakai dalam penelitian ini memiliki kelemahan yaitu apabila ada banyak aitem atau butir yang gugur sehingga aitem yang valid terlalu sedikit. Peneliti tidak mempunyai kesempatan untuk melakukan revisi pada skala atau instrumennya, sehingga masih banyak menggunakan kata penghubung dan istilah-istilah yang sulit dipahami pada skala yang membuat banyak kekurangan pada skala. Peneliti juga tidak menggunakan metode lebih mendalam sehingga tidak bisa menggali data lebih banyak.

Kurangnya responden dan kurang efisiennya tempat dan waktu dalam penyebaran skala dalam penelitian ini membuat peneliti kesulitan di dalam proses pengumpulan data karena peneliti tidak dapat mengawasi secara menyeluruh bagaimana responden menjawab kuesioner sehingga terdapat kemungkinan jawaban yang diberikan oleh sampel tidak menunjukkan keadaan sesungguhnya.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa ada hubungan positif dan signifikan kecerdasan emosional dengan penyesuaian diri pada ibu yang memiliki anak autisme di Pusat Pelayanan Autis Batu Besaung, Samarinda. Hal ini membuktikan bahwa semakin tinggi kecerdasan emosional dan koping stress pada ibu maka semakin baik pula tingkat penyesuaian dirinya.

Ada hubungan positif dan signifikan antara kecerdasan emosional dengan penyesuaian diri pada ibu yang memiliki anak autisme di Pusat Pelayanan Autis Batu Besaung, Samarinda. Hal ini membikan

bahwa semakin baik kecerdasan emosional ibu maka semakin tinggi tingkat penyesuaian dirinya. Tidak ada hubungan yang signifikan antara koping stres dengan penyesuaian diri pada ibu yang memiliki anak autisme di Pusat Pelayanan Autis Batu Besaung, Samarinda.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, ada beberapa saran yang dapat peneliti berikan berkaitan dengan proses dan hasil yang diperoleh dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Kepada ibu yang memiliki anak autisme dapat mengenali emosi diri dengan mencoba menumbuhkan pikiran positif agar tidak mudah menerima tanggapan buruk orang lain terkait anak autisnya dengan beranggapan serta yakin bahwa anaknya yang autisme adalah anugerah Tuhan dan merupakan anak yang spesial.
2. Kepada ayah dapat memberikan dukungan dan meringankan beban Ibu dengan membantu mengasuh anak autismenya di waktu senggang.
3. Bagi tenaga ahli dapat melakukan sosialisasi secara rutin dan menyeluruh kepada berbagai lapisan masyarakat luas, agar masyarakat lebih mengerti tentang anak autisme, sehingga dapat mengubah stigma buruk masyarakat terhadap anak autis.
4. Kepada peneliti selanjutnya disarankan untuk melakukan hal sebagai berikut:
 - a. Bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneliti tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan penyesuaian diri yaitu memperluas ruang lingkup penelitian yang tidak hanya tentang faktor eksternal, namun juga faktor-faktor internal yang mungkin berhubungan dengan penyesuaian diri. Hal lain yang perlu diperhatikan adalah menggunakan data tambahan seperti observasi dan wawancara sebagai tambahan acuan dalam

menganalisis data, agar hasil yang didapat lebih mendalam dan sempurna, karena tidak semua hal dapat diungkap dengan skala penelitian.

- b. Melakukan uji coba skala terlebih dahulu dengan sekelompok orang yang memiliki karakteristik sama dengan sampel dalam penelitian yang sebenarnya sehingga peneliti dapat mengetahui jumlah aitem yang valid dan gugur.
- c. Mengukur kecerdasan emosional, koping stres dan penyesuaian diri dengan variabel yang berbeda dengan penelitian ini sehingga akan mendukung dan menyumbang berbagai teori baru dalam bidang Psikologi Pendidikan dan klinis.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, M. C., Elias, H., Uli, J., & Mahyuddin, R. (2010). Relationship between coping and university adjustment and academic achievement amongst first year undergraduates in a Malaysian Public University. *International Journal of Arts and Sciences*, 3 (11), 379-392.
- Ali, M., & Asrori, M. (2012). *Psikologi remaja: perkembangan peserta didik*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Ananda, L. R. A., & Kristiana, I. F. (2017). Studi kasus: kematangan sosial pada siswa home schooling. *Jurnal Empati*, 6 (1), 257-263.
- Anissa, N., & Handayani, A. (2012). Hubungan antara konsep diri dan kematangan emosi dengan penyesuaian diri istri yang tinggal bersama keluarga suami. *Jurnal Psikologi*, 1 (1).
- Artha, & Supriyadi. (2013). Hubungan antara kecerdasan emosional dan self efficacy dalam pemecahan masalah

- penyesuaian diri remaja awal. *Jurnal Psikologi Udayana*, 1 (1), 190-202.
- Asih, G. Y., & Pratiwi, M. S. (2010). Prilaku prososial ditinjau dari empati dan kematangan emosi. *Jurnal Psikologi Maria Kudus*, 1 (1), 33-42.
- Azwar, S. (2016). *Penyusunan skala psikologi edisi 2*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2014). *Dasar-dasar psikometri*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Baqutayan, S. M. S. (2015). Stress and coping mechanisms: a historical overview. *Mediterranean Journal of Social Sciences*, 6 (2), 479-488
- Baron, A. R., & Byrne, D. (2005). *Psikologi sosial: Jilid 2*. Jakarta: Erlangga.
- Benson, P. R. (2014). Coping and psychological adjustment among mothers of children with asd: An accelerated longitudinal study. *Springer Science*, 44, 1793-1807.
- Darsitawati, I. G. A. P., & Budisetyani, I. G. A. P. W. (2015). Hubungan kecerdasan emosional dengan penyesuaian diri pada perempuan usia pramenopause di Denpasar Selatan. *Jurnal Psikologi Udayana*, 02 (1), 1-12.
- Desmita. (2012). *Psikologi perkembangan peserta didik*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Fatimah, E. (2010). *Psikologi perkembangan: perkembangan peserta didik*. Bandung: Cv Pustaka Setia.
- Goleman, D. (2016). *Emotional intelligence: mengapa ei lebih penting daripada iq*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Gerungan, W. A. (2010). *Psikologi sosial*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Labola, Y. A. (2017). *Data anak autisme belum akurat?* Diakses pada tanggal 10 November 2017 pukul 11.02 Wita dari www.kompasiana.com/yoso8/anak-autisme-terersihkan_58eb4717af7a61ec1378f3e7
- Mashar, R. (2011). *Emosi anak usia dini dan strategi pengembangannya*. Jakarta: Prenada Media Group
- Masyhuri & Zainuddin, M. (2008). *Metodologi penelitian: pendekatan praktis dan aplikasi*. Bandung: Refika Aditama.
- Miranda, D. (2013). Strategi coping dan kelelahan emosional (emotional exhaustion) pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. *Psikoborneo*, 1 (2), 64-71.
- Mulyadi, K. (2011). *Autism is treatable*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Musfiquon, H. M. (2012). *Panduan lengkap metodologi penelitian pendidikan*. Jakarta: PT Prestasi Pustakataraya.
- Nasir, A., & Muhith, A. (2011). *Dasar-dasar keperawatan jiwa: pengantar dan teori*. Jakarta: Salemba Medika.
- Ni'matuzzakiah, E. (2013). Pengaruh motivasi berprestasi dan kecerdasan emosi terhadap penyesuaian diri mahasiswa santri keperawatan Surya Global Potorono Banguntapan. *Jurnal Ilmu-Ilmu Kesehatan Surya Medika*, 9 (1), 51-59.
- Rahayuningsih., & Adriani. (2011). Gambaran penyesuaian diri orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus di Banda Aceh. *Jurnal Psikologi*, 11 (3).
- Rohmad & Supriyanto. (2015). *Pengantar stastika: praktis bagi pengajar dan mahasiswa*. Yogyakarta: Kalimedia.
- Santoso, S. (2012). *Aplikasi SPSS pada statistic multivariate*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Santrock, W. J. (2012). *Perkembangan anak: Jilid 2*. Jakarta: Erlangga.
- Senjari, I. (2017). *Tanggung jawab orang tua terhadap pendidikan anak dalam prespektif hadis*. Skripsi: Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, IAIN Surakarta.
- Sim, S., & Bang, M. (2016). Emotional intelligence, stress coping and adjustment to college life in nursing students. *International Journal of Bio-Science and Bio-Technology*, 8 (3), 21-32.

- Sugiyono. (2014). *Statistik untuk penelitian*. Bandung: Penerbit Alfabeta.
- Suryono & Anggreani, M. D. (2013). *Metodologi penelitian kualitatif dan kuantitatif: Dalam Bidang Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Media.
- Utami, D. F. (2012). *Kenapa aku autis?* Diakses pada tanggal 22 November 2017 pukul 16.27 Wita dari www.fimadani.com/kenapa-aku-autis/
- Wade, C., & Tavis, W. (2007). *Psikologi umum edisi kesembilan jilid 1*. Jakarta: Erlangga.