

## **Hubungan antara *Coping Stress* dengan *Learned Helplessness* Pada Ibu yang Memiliki Anak Autis di SLB “X” Kabupaten Bandung**

Autism spectrum disorder (ASD) menurut DSM V adalah gangguan yang akan disandang seumur hidup, yang ditandai dengan defisit yang signifikan dan persisten dalam interaksi sosial, keterampilan komunikasi, pola perilaku seperti minat dan kegiatan yang terbatas serta berulang. Kompleksitas keparahan anak dengan *autism* merupakan sumber *stress* bagi orangtua, terutama ibu sebagai orang terdekat dan paling banyak berinteraksi bersama anak. Bagaimana ibu menilai situasi akan menentukan *Coping Stress* yang dilakukan. *Stress* yang terjadi terus menerus serta *Coping Stress* yang tidak pernah efektif dapat menyebabkan ibu merasa tidak berdaya dan akhirnya menyerah pada keadaan, hal ini disebut dengan *Learned Helplessness*. Penelitian ini dilakukan pada orangtua yang menitipkan anaknya di asrama khusus untuk menangani individu autisme di Bandung. Mereka yang dipilih saat wawancara pengambilan data awal menyampaikan bahwa mereka sudah merasa tidak berdaya menghadapi situasi penuh *stress* dalam konteks mengurus anak mereka yang mengalami autisme, dan juga tidak terlalu peduli mengenai program yang diberikan oleh pihak sekolah. Hasil yang mengejutkan dari hasil pengolahan data menunjukkan bahwa *Coping Stress* yang ada pada Ibu di SLB “X” efektif menurunkan tingkat *Learned Helplessness*, sehingga bentuk perilaku *Coping* berupa menitipkan anak ke sekolah berasrama dan bantuan dari lembaga sekolah berasrama yang tergolong kedalam *Distancing* dan *Seeking Social Support* pada Ibu yang memiliki anak autis dapat secara efektif menurunkan tingkat ketidakberdayaan.

Desain penelitian menggunakan metode korelasional dengan uji Rank Spearman. Skala *Coping Stress* menggunakan alat ukur *The Ways of Coping Quissionaire-Revised* (WCQ) dari Lazarus & Folkman (1985), sedangkan *Learned Helplessness* menggunakan skala ukur *Learned Helplessness Scale* (LHS) Quinless & Nelson (1988). Nilai korelasi Rank Spearman antara variabel *Coping Stress* dengan *Learned Helplessness* adalah -0,431 dengan kekuatan hubungan yang bersifat sedang. Subjek penelitian berjumlah 34 Ibu dari anak autisme. Hasil perhitungan menunjukkan Ibu yang memiliki anak autis di SLB “X” Kabupaten Bandung sebanyak 61,76% memiliki tingkat *Coping Stress* rendah. Sementara untuk *Learned Helplessness* terdapat 52,94% subyek yang memiliki *Learned Helplessness* rendah.

Kata Kunci: *coping stress*, *autism*, *learned helplessness*.