



HUBUNGAN HARDINESS DAN STRESS PENGASUHAN PADA IBU YANG MEMILIKI ANAK TUNAGRAHITA DI KECAMATAN HARAU

Maharani Tosca Termizal, Yolivia Irna Aviani

Departement Psikologi, Fakultas Psikologi dan Kesehatan, Universitas Negeri Padang

Abstrak

Anak berkebutuhan khusus adalah anak yang memerlukan perlakuan khusus karena adanya kelainan tumbuh kembang atau kelainan anak. Dalam konteks istilah disabilitas, Anak berkebutuhan khusus mempunyai satu atau lebih kemampuan, Apapun kemampuan fisiknya, Seperti buta atau tuli, atau kemampuan psikologis seperti autisme atau ADHD. Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu kuesioner. Skala stress pengasuhan yang digunakan pada penelitian ini skala yang dibuat sendiri oleh peneliti menggunakan aspek stress pengasuhan dari Deater-Deckard (2004) the parent distress, the difficult child, dan parent-child relationship. Skala hardiness yang digunakan pada penelitian ini skala yang dibuat sendiri oleh peneliti menggunakan aspek hardiness dari Kobasa (1995) komitmen, kontrol, dan tantangan. Tingkat stress pengasuhan pada ibu yang memiliki anak tunagrahita di Kecamatan Harau secara umum berada pada tingkat kategori sedang. Tingkat hardiness pada ibu yang memiliki anak tunagrahita di Kecamatan Harau secara umum berada pada tingkat kategori sedang. Berdasarkan hasil uji korelasi didapatkan terdapat hubungan yang negatif antara Hardiness dengan stress pengasuhan. Berdasarkan penjelasan penjabaran tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa H₀ ditolak dan H_a diterima. Berdasarkan penjabaran tersebut berarti bahwa terdapat hubungan yang negative antara hardiness dengan stress pengasuhan pada ibu yang memiliki anak tunagrahita di Kecamatan Harau.

Kata Kunci: Stress Pengasuhan, Hardines.

PENDAHULUAN

Anak berkebutuhan khusus adalah anak yang memerlukan perlakuan khusus karena adanya kelainan tumbuh

kembang atau kelainan anak. Dalam konteks istilah disabilitas, Anak berkebutuhan khusus mempunyai satu atau lebih kemampuan, Apapun

*Correspondence Address : Maharanitosa244@gmail.com

DOI : 10.31604/jips.v12i3.2025. 1023-1031

© 2025UM-Tapsel Press

kemampuan fisiknya, Seperti buta atau tuli, atau kemampuan psikologis seperti autisme atau ADHD. Definisi lain mengacu pada istilah pertumbuhan dan perkembangan normal dan tidak normal. Bagi anak berkebutuhan khusus merupakan perkembangan yang tidak normal (Kristiana dan Widayanti, 2016).

Menurut Hallahan dan Kauffman tunagrahita atau *mental retardation* berdasarkan AAMR (*American Association on Mental Retardation*) adalah keterbatasan yang signifikan dalam berfungsi, baik secara intelektual maupun perilaku adaptif yang terwujud melalui kemampuan adaptif konseptual, sosial, dan praktikal. Keadaan ini muncul sebelum usia 18 tahun (Mangunsong, 2014).

Keterbatasan yang dimiliki oleh anak mengakibatkan ibu kesulitan dalam mengelola emosi negatifnya, hal ini dapat menyebabkan ibu mudah mengalami kecemasan, kekhawatiran, perasaan putus asa, dan rentan terhadap stres. Peningkatan stres ibu akan mempengaruhi proses pengasuhan, yang dapat mengakibatkan stres dalam proses pengasuhan (Masysa & Khairiyah, 2019). Stress pengasuhan ialah bentuk reaksi psikologis permusuhan terhadap tuntutan ketika menjalani peran sebagai orang tua (Deater-Deckard, 2004).

Berdasarkan data lapangan yang dilakukan dengan metode wawancara awal yang peneliti lakukan tanggal 3 Oktober 2023 kepada 5 ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus di SLBN I Harau, ditemukan ibu mengatakan, saat ibu mengetahui hasil diagnosa anaknya, ibu menjadi cemas, panik, sedih dan merasa kecewa. Seiring dengan perkembangan anak, berbagai kesulitan dalam pengasuhan terus muncul, ibu mengatakan anaknya susah diatur, anaknya sulit untuk dinasehati dan sering berkata tidak sopan. Ibu juga kesulitan harus menjaga anaknya 24 jam, jika anaknya merengek-rengok dan menangis ibu hanya mendiamkan

anaknya sampai berhenti menangis, Jika anaknya sulit untuk dinasehati ibu sering merasa marah dan memarahi anaknya dan jika anaknya tidak menurut ibu kadang mencubit anaknya, Ibu juga kesulitan jika ingin berpergian keluar rumah, karena harus membawa anaknya, karena ibu cemas meninggalkan anaknya dirumah, Ibu juga sulit membagi perhatiannya kepada pasangan dan anaknya yang lain. Ketika sudah merasa capek dan stres ibu tidak terlalu memperhatikan anaknya dan ibu suka marah-marah bahkan kepada seisi rumah.

Menurut Nawawi keterbatasan yang dimiliki anak dapat membuat ibu mengalami kesulitan dalam mengelola emosi negatif yang dirasakan oleh ibu, jika orang tua tidak mampu dalam mengendalikan emosinya, maka ibu lebih mudah mengalami gejala depresi, kecemasan, kekhawatiran, perasaan putus asa, dan stress (Astianto, 2014). Menurut Deater-Deckard (2004) stres pengasuhan yang dialami ibu dapat menyebabkan terjadinya potensi interaksi yang kurang positif dengan anak, dapat menyebabkan tingginya potensi terjadinya penganiayaan dan kekerasan terhadap anak, serta dapat mengakibatkan konflik yang lebih tinggi dalam keluarga

Stres pengasuhan berkaitan dengan menurunnya kualitas dan efektivitas proses pengasuhan seperti kurangnya ungkapan-ungkapan kehangatan afeksi, dan berkurangnya konsistensi dalam proses pengasuhan. Stress pengasuhan memiliki pengaruh negative terhadap perilaku pengasuhan dan keberfungsian keluarga.

Orang yang terkena stress tingkat tinggi namun tidak jatuh sakit memiliki struktur kepribadian yang berbeda dibandingkan mereka yang tidak mampu mengurangi efek stress, perbedaan karakteristik bagi orang-orang yang mampu meredakan stres di

bawah tekanan ini dikenal dengan istilah *hardiness*.

Menurut Kobasa (1979) menjelaskan *hardiness* secara konseptual sebagai ciri kepribadian yang mencakup kombinasi sikap dan sikap ini berfungsi sebagai sumber ketahanan dalam melawan stress. Orang yang memiliki *hardiness* mempunyai 3 karakteristik umum, yaitu kemampuan untuk terlibat dengan kehidupan (komitmen), keyakinan untuk mengendalikan pengalaman mereka (kontrol), dan kemampuan mengantisipasi perubahan sebagai tantangan (tantangan).

Hardiness merupakan ciri kepribadian dalam menanggapi peristiwa yang dialami dan mengakibatkan timbulnya stress, hubungan antara *hardiness* dan stress dikaitkan dengan cara pengendalian diri, upaya yang akan di jalani, dan tantangan yang hadapi. Ketika situasi stress terjadi ketahanan dikembangkan dengan mengubah stress negatif menjadi tantangan positif. *Hardiness* memiliki peran penting dalam membantu perawatan untuk mengatasi stress dan meningkatkan tingkat kebahagiaan, *hardiness* merupakan konstruk penting yang memungkinkan individu untuk lebih baik dalam mengatasi stress dan berkontribusi pada peningkatan kebahagiaan (Abdollahi dkk. 2014).

Penelitian Fitriani (2013) mengatakan bahwa orang yang memiliki *hardiness* dapat menghadapi situasi stres dengan baik. Menurut Delahaij Salah satu alasan mengapa orang yang memiliki *hardiness* lebih efektif dalam menghadapi situasi yang cenderung dapat membuat stres adalah memiliki suatu penilaian yang positif mengenai situasi tersebut, yakni menganggap bahwa situasi yang cenderung dapat membuat stres tidak membahayakan, yakin mampu mengontrol situasi tersebut, bahkan mungkin juga dapat

mengambil pelajaran dari situasi yang cenderung dapat membuat stres tersebut (Fitriani, 2013).

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *hardiness* dan stress pengasuhan pada ibu yang memiliki anak tunagrahita.

METODE PENELITIAN

Desain yang digunakan pada penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah kajian yang berkarakter inferensial dalam arti mengambil kesimpulan berdasarkan hasil pengujian hipotesis secara statistika, dengan menggunakan data empirik hasil pengumpulan data melalui pengukuran

Populasi merupakan wilayah generalisasi yang mencakup objek atau subjek atau kejadian yang memiliki ciri khas tertentu yang ditetapkan oleh peneliti, dan akan diteliti serta berkemungkinan untuk ditarik kesimpulannya (Jakni, 2016). Populasi dalam penelitian ini adalah ibu yang memiliki anak tunagrahita di Kecamatan Harau.

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah Sampling Jenuh. Sampling Jenuh merupakan teknik pengambilan Sampel apabila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel (Sugiyono, 2013). Dalam pengambilan sampel peneliti memiliki beberapa kriteria yang harus dimiliki oleh sampel, yaitu ibu yang memiliki anak tunagrahita, anak bersekolah di sekolah luar biasa di Kecamatan Harau, dan ibu bersedia menjadi responden.

Teknik pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini yaitu kuesioner. Penggunaan teknik kuesioner dalam agregasi data sangat efisien karena dapat menjangkau responden

dalam jumlah besar dalam berbagai jalur pengiriman (Djaali, 2020). Skala yang dipakai untuk mengukur adalah skala likert. Skala ini memiliki bagian item pernyataan *favorable* (penunjang indikator) dan *unfavorable* (tidak penunjang indikator).

Skala stress pengasuhan yang akan digunakan pada penelitian ini yaitu skala yang dibuat sendiri oleh peneliti dengan menggunakan aspek stress pengasuhan dari Deater-Deckard (2004) yaitu terdiri dari *the parent distress*, *the difficult child*, dan *parent-child relationship*. Kemudian aspek ini dipecah menjadi banyak indikator yang sesuai untuk mengukur stress pengasuhan. Model skala yang digunakan pada penelitian ini mengaplikasikan skala *likert* dengan 5 pilihan jawaban yaitu tidak pernah (TP), sangat jarang (SJ), jarang (J), sering (S), dan sangat sering (SS). Setiap jawaban akan diberi skor dari 1-5.

Skala *hardiness* yang akan digunakan pada penelitian ini yaitu skala yang dibuat sendiri oleh peneliti dengan menggunakan aspek *hardiness* dari Kobasa (1995) yaitu terdiri dari komitmen, control, dan tantangan. Kemudian aspek ini dipecah menjadi banyak indikator yang sesuai untuk mengukur *hardiness*. Model skala yang digunakan pada penelitian ini mengaplikasikan skala *likert* dengan 5 pilihan jawaban yaitu tidak pernah (TP), sangat jarang (SJ), jarang (J), sering (S), dan sangat sering (SS). Setiap jawaban akan diberi skor dari 1-5.

Validitas merupakan suatu cara untuk menunjukkan alat ukur yang digunakan sudah benar. Jika validitas instrument semakin tinggi maka semakin tepat dan akurat juga alat ukur tersebut dalam mengukur suatu data. Dalam memenuhi validitas isi suatu tes yaitu dengan mengetahui apakah item-item yang sudah sesuai dengan *blue print*, jika telah sesuai dengan batasan domain ukur yang telah ditentukan

semula dan memeriksa apakah masing-masing item telah sesuai dengan indikator (Azwar, 1999).

Reliabilitas menunjukkan seberapa konstruk yang akan diuji bisa diandalkan guna mengukur hal-hal yang relevan. Uji reliabilitas menyatakan bahwa penggunaan instrumen secara berulang akan memberikan data yang konsisten atau sejalan untuk mengukur objek yang sama (Sugiyono, 2013). Nilai reliabilitas pada skala stress pengasuhan dan *hardiness* dalam penelitian ini dianalisis dengan Alpha Cronbach's program SPSS ver. 26.0 for windows untuk mendapatkan koefisien reliabilitas dengan memenuhi kriteria ≥ 0.7 .

Pada skala stress pengasuhan setelah dilakukan uji reliabilitas dengan aplikasi SPSS ver.26.0 for windows, didapatkan hasil reliabilitas skala stress pengasuhan sebesar 0.968, selanjutnya untuk hasil reliabilitas skala *hardiness* didapatkan hasil 0.946, hal ini menjelaskan bahwa kedua skala memenuhi kriteria reliabilitas yaitu >0.7 hal ini berarti jika reliabilitas dari alat ukur sudah teruji serta layak digunakan untuk instrument penelitian.

A. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Data Penelitian

Tujuan dari deskripsi data penelitian adalah untuk menggambarkan data yang diperoleh didalam penelitian ini. Terdapat skor hipotetik dan skor empiris diperoleh dengan menggunakan skala stress pengasuhan dan skala *hardiness*. Skor empiris dihasilkan dengan bantuan perangkat lunak SPSS versi 26.0 versi windows, sedangkan nilai hipotetik diperoleh secara manual.

a. Stress Pengasuhan

Secara teoritis, skor penilaian pada skala stress pengasuhan dimulai dari 1-5 pilihan yang disediakan, yaitu 1 untuk sangat tidak setuju dan 5 sangat setuju. Berikut merupakan tabel rerata hipotetik dan rerata empiric skala stress pengasuhan.

Didapatkan hasil bahwa skor rata-rata empirik untuk stress pengasuhan lebih rendah dari pada rata-rata hipotetik. Hal ini menunjukkan jika tingkat stress pengasuhan yang dialami ibu dilapangan lebih rendah dari pada yang diperkirakan sebelumnya. Dengan kata lain stress pengasuhan yang terjadi tidak setinggi yang diperkirakan, sehingga masalah ini tidak terlalu signifikan.

b.hardiness

Didapatkan hasil bahwa pada variabel *hardiness* memiliki skor rerata empiric lebih tinggi dari pada rerata hipotetik. Hal ini berarti *hardiness* yang dialami orang tua yang memiliki anak tunagrahita dilapangan lebih tinggi dibandingkan dengan perkiraan sebelumnya. Artinya *hardiness* yang didapat tinggi dari apa yang diharapkan, sehingga masalahnya signifikan.

Uji Normalitas

Pengujian yang dilakukan untuk menentukan data pada setiap variabel memiliki distribusi yang normal atau tidak termasuk kedalam uji normalitas. Peneliti memanfaatkan program SPSS ver. 26 *for windows* untuk melakukan analisis *One-sample Kolmogorov-Smirnov Test*. Berdasarkan hasil yang didapat apabila nilai $p > 0.05$ data dianggap memiliki distribusi yang normal, namun jika $p < 0.05$ maka data yang didapatkan tidak berdistribusi secara normal (Sugiyono, 2013).

Berdasarkan hasil uji normalitas kedua variabel mempunyai nilai p dengan skor 0.200 ($p > 0.05$). Akibatnya, Kedua variabel dapat dipahami berdistribusi secara normal.

Uji Linieritas

Uji ini digunakan untuk menentukan apakah data dari kedua

variabel dalam penelitian ini memiliki hubungan linier atau tidak. (Winarsunu, 2009). uji linieritas juga menentukan apakah variabel Stress Pengasuhan memiliki korelasi linier dengan variabel *Hardiness*. Peneliti memanfaatkan bantuan program SPSS 26 versi windows untuk melakukan uji linieritas dengan melihat nilai F Linearity. Jika nilai $p < 0,05$, data dianggap memiliki sifat linier, sedangkan jika nilai $p > 0,05$, data dianggap tidak linier. (Ghozali,I, 2016).

Nilai F-linearity untuk variabel stress pengasuhan dan *hardiness* adalah 13.815 dengan nilai p dengan skor 0,001 ($p < 0,05$). Jadi, dapat dikatakan jika data yang didapatkan pada penelitian ini menunjukkan hubungan yang linier.

4. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis yang dilakukan didalam penelitian ini dilakukan guna mengevaluasi hipotesis yang diajukan. Untuk menguji hipotesis peneliti memakai bantuan aplikasi SPSS 26 versi windows untuk melakukan teknik statistik korelasi product moment.

Koefisien korelasi hubungan *hardiness* dengan stress pengasuhan pada ibu yang memiliki anak tunagrahita diKecamatan Harau adalah $r = -0.440$ dengan skor nilai $p = 0.003$ ($p < 0.005$, hal ini sesuai dengan tabel koefisien korelasi negatif yang berarti bahwa terdapat hubungan yang timbal balik, hal ini berarti jika skor tinggi pada suatu variabel mengurangi skor pada variabel lain.

Berdasarkan penjelasan penjabaran tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Berdasarkan penjabaran tersebut berarti bahwa terdapat hubungan yang negative antara *hardiness* dengan stress pengasuhan pada ibu yang memiliki anak tunagrahita diKecamatan Harau. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi

tingkat *hardiness* maka semakin rendah tingkat stress pengasuhan yang dialami, begitu pula sebaliknya.

Pembahasan

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara *hardiness* dengan stress pengasuhan pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus diKecamatan Harau. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan menggunakan uji korelasi product moment didapatkan nilai signifikansi sebesar 0.003 yang menyatakan jika hipotesis didalam penelitian ini diterima (Malay, 2022). Yang berarti bahwa terdapat hubungan antara stress pengasuhan dengan *hardiness* pada ibu yang memiliki anak tunagrahita diKecamatan Harau. Selain itu berdasarkan nilai korelasi didapat nilai sebesar $r = -0.440$ yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara stress pengasuhan dengan *hardiness* pada ibu yang memiliki anak tunagrahita diKecamatan Harau. Hubungan negatif disini berarti bahwa semakin tinggi tingkat *hardiness* yang dirasakan oleh ibu yang memiliki anak tunagrahita, maka semakin rendah tingkat stress pengasuhan yang dialami oleh ibu yang memiliki anak tunagrahita, dan begitu pula sebaliknya semakin semakin rendah tingkat *hardiness* yang dimiliki oleh ibu yang memiliki anak tunagrahita maka semakin tinggi tingkat stress pengasuhan yang dialami oleh ibu yang memiliki anak tunagrahita.

Penelitian ini sejalan dengan hasil studi sebelumnya, seperti yang dilakukan oleh Maysa dan Khairiyah (2019) dan Auliya dan Dermawanti (2014). Hasil menunjukkan bahwa Ibu yang memiliki *hardiness* yang tinggi yakin bahwa semua masalah yang harus dihadapi termasuk segala masalah yang tidak mungkin dihindari sehingga mereka dapat melakukan sesuatu yang dianggap tepat untuk menyelesaikan masalah.

Kategorisasi stress pengasuhan pada ibu yang memiliki anak tunagrahita diKecamatan Harau mayoritas berada di kategorisasi sedang. Hal ini berarti bahwa ibu yang memiliki anak tunagrahita mengalami stress pengasuhan dalam proses pengasuhan anak tunagrahita masih dapat dikendalikan. Tetapi hal ini masih dapat memiliki efek negatif terhadap ketahanan emosi ibu, seperti terjadinya peningkatan kelelahan dan beban dalam proses pengasuhan yang mengakibatkan ibu renta terhadap stress. Pernyataan ini sejalan dengan penelitian Maysa dan Khairiyah (2019), dimana tingkat stress pengasuhan berada di kategori sedang pada ibu yang memiliki anak tunagrahita diKecamatan Harau. Menurut Weiss (2002) salah satu faktor yang dapat mempengaruhi stress mengasuhan adalah *hardiness*. Selain itu menurut Auliya dan Dermawanti (2014) menjelaskan bahwa ibu yang memiliki *hardiness* akan mencari alternatif agar tujuannya tercapai, dan akan selalu melakukan usaha yang maksimal dan matang, serta tetap memperhitungkan konsekuensi yang akan diterima nantinya. Dimana hal ini nantinya akan membantu ibu dalam mengurangi stress pengasuhan saat menghadapi keadaan yang tidak sesuai dengan harapannya.

Dalam penelitian ini mayoritas responden mengalami *hardiness* pada tingkat sedang. Menurut Kobasa (1979) *hardiness* dengan kategori sedang berarti cenderung cukup menjaga keterlibatan dalam aktivitas anak sehari-hari tetapi tidak juga terlalu gigih saat menghadapi masalah besar, cenderung dapat mengontrol situasi dengan baik walaupun kadang merasa beberapa hal masih di luar kendali, dan cenderung dapat menerima tantangan yang datang tetapi lebih berhati-hati dengan semua resiko dan perubahan besar yang akan terjadi.

Hardiness merupakan suatu ketahanan psikologis yang dapat

membantu dalam mengelola stress. *Hardiness* adalah salah satu karakteristik kepribadian yang melibatkan kemampuan untuk mengendalikan kejadian-kejadian yang tidak menyenangkan dan memberi makna positif terhadap kejadian tersebut sehingga tidak menimbulkan stress pada individu yang bersangkutan (Kobasa, 1979). Weiss, 2002 juga mengungkapkan bahwa *hardiness* merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi stress pengasuhan. *Hardiness* disini dapat dijadikan coping dari suatu tekanan yang dialami ibu dalam proses pengasuhan anak tunagrahita.

Ibu yang memiliki *hardiness* akan mencari cara untuk mencapai tujuannya, dan akan melakukan berbagai cara yang maksimal untuk tetap dapat memperkirakan hal apa saja yang akan terjadi nantinya. Dimana hal ini nantinya akan membantu ibu dalam mengurangi stress dalam proses pengasuhan saat menghadapi keadaan yang luar harapannya.

SIMPULAN

Dari hasil temuan peneliti serta pengujian akan hipotesis tentang hubungan *hardiness* dengan stress pengasuhan pada ibu yang memiliki anak tunagrahita di Kecamatan Harau didapatkan hasil bahwa tingkat stress pengasuhan pada ibu yang memiliki anak tunagrahita di Kecamatan Harau secara umum berada pada tingkat kategori sedang, tingkat *hardiness* pada ibu yang memiliki anak tunagrahita di Kecamatan Harau secara umum berada pada tingkat kategori sedang, dan berdasarkan hasil uji korelasi didapatkan hubungan negatif antara *hardiness* dengan stress pengasuhan.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdollahi, A., Talib, M., Yaacob, S., & Ismail, Z. (2014). *Hardiness as a mediator between perceived stress and happiness in nurses*. Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing, 21(9), 789-796. <https://doi.org/10.1111/jpm.12142>
- Abidin, R. R., & Brunner, J. F. (1995). Development of a parenting alliance inventory. Journal of clinical child psychology, 24(1), 31-40.
- Ahern, S. L., (2004). Psychometric properties of the parenting stress index-short form. Thesis. North Carolina State University: Departement of Psychology.
- Andiani. R , 2008. Hubungan Antara Kepribadian Tahan Banting (*hardiness*) dengan Stres Kerja Pada Karyawan. Skripsi : Jakarta, Universitas Islam Indonesia.(Online).http://simpus.uui.ac.id/search_a_dv/?n=000693&l=320&b=1&j=SK, diakses 8 Oktober.
- Astianto. (2014). Stres kerja dan beban kerja terhadap kinerja karyawan PDAM Surabaya. Jurnal Ilmu dan Managen. 3 (7)
- Auliya, I. A. D., & Darmawanti, I. (2014). Hubungan antara kepribadian *hardiness* dengan stress pengasuhan pada ibu yang memiliki anak cerebral palsy. Character: Jurnal Penelitian Psikologi, 2(3).
- Ayudhia,R.R., & Kristiana, I.F.(2016). Hubungan antara *hardiness* dengan perilaku prososial pada siswa keals XI Sma Islam Hidayatullah Semarang. Journal of Emotional and Behavioral Disorders,5(2),205-210.
- Azwar, S. (2021). METODE PENELITIAN PSIKOLOGI ED. 2. Pustaka Pelajar.
- Dabrowska, A. dan Pisula, E. 2010. Parenting Stress and Coping Styles in Mothers and Fathers of Pre-School Children with Autism and Down Syndrome. Journal of Intellectual Disability Research.
- Deater-deckard, K. (2004). Parenting stress: Current Perspective in Psychology. New Haven and London: Yale University Press.
- Djaali. (2020). METODOLOGI PENELITIAN KUANTITATIF. Bumi Aksara.

- Fang, Y., Luo, J., Boele, M., Windhorst, D., van Grieken, A., & Raat, H. (2022). Parent, child, and situational factors associated with parenting stress: a systematic review. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 1-19.
- Fitriani, A., & Ambarini, T. K. (2013). Hubungan antara hardiness dengan tingkat stres pengasuhan pada ibu dengan anak autis. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 2(2), 34-40.
- Ghozali, I. (2016). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 23*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Ikasari, A., & Kristiana, I. F. (2018). Hubungan antara regulasi emosi dengan stres pengasuhan ibu yang memiliki anak cerebral palsy. *Jurnal Empati*, 6(4), 323-328.
- Jakni. (2016). *Metodologi penelitian eksperimen bidang pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Kobasa, S. C. (1979). Stressful life events, personality, and health: an inquiry into hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37(1), 1-11.
- Kristiana, I. F. (2017). Self-compassion dan stres pengasuhan ibu yang memiliki anak dengan hambatan kognitif. *Jurnal Ecopsy*, 4(1), 52-57.
- Kristiana, I. F., Widayanti, C. G. (2016). *Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus*. Semarang: UNDIP Press.
- Kusnadi, S. K., Mardiyanti, R., Kusnadi, S. A., Maisaroh, L. L. D., & Elisnawati, E. (2022). Dukungan Sosial dengan Stres Pengasuhan pada Ibu yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus. *Journal on Teacher Education*, 4(2), 1474-1483.
- Lestari, Sri. (2012). *Psikologi Keluarga : Penanaman Nilai & Penanganan Konflik dalam Keluarga*. Jakarta: Kencana Prenamedia Group.
- Malay, M. N. (2022). *Belajar mudah & praktis*. Cv. Madani Jaya.
- Mangunsong, F. (2014). *Psikologi dan Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus*. Depok: LPSP3 UI (Lembaga Pengembangan Sarana Pengukuran dan Pendidikan Psikologi) Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.
- Maysa, P., & Khairiyah, U. (2019). Hardiness dan stres pengasuhan pada ibu dengan anak berkebutuhan khusus. *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)*, 10(1), 88-101.
- Nuha, F. A., Putri, A. M., & Triswanti, N. (2020). Hubungan antara karakteristik orang tua dengan stres pengasuhan pada orang tua anak gangguan spektrum autisme. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 2(2), 36-47.
- Nurtjahjanti, H. & Ratnaningsih. 2011. Hubungan Kepribadian Hardiness dengan Optimisme pada Calon Tenaga Kerja Indonesia (CTKI) Wanita di BLKLN Disnakertrans Jawa Tengah. *Jurnal Psikologi UNDIP (Online)* 10(2) 126-132.
http://ejournal.Undip.ac.id/index.php/psikologi/art_icle/download/2881/pdf_Diakses_12september_2013
- Olianda, R. A., & Rizal, G. L. (2020). Hubungan Antara Hardiness Dan Dukungan Sosial Terhadap Stres Pengasuhan Pada Ibu Yang Memiliki Anak Tunagrahita. *Attadib: Journal of Elementary Education*, 4(2), 69-79.
- Olivia, D. O. (2014). Hubungan hardiness dengan prestasi kerja pada karyawan bank. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 02(01), 115-129
- Priyatno, Duwi. 2008. *Mandiri belajar SPSS*. Yogyakarta: Media Kom
- Rahmawati, S. W. (2012). Penanganan anak tunagrahita (mental retardation) dalam program pendidikan khusus. *Jurnal Psiko Utama*, 1(1).
- Santrock, J. W. (2014). *Adolescence* fifteenth edition. New York: McGraw-Hill Education
- Sarafino, Edward. P, et.al. 2008. *Health Psychology*. New York: John Wiley & Sons.
- Schultz, D., & Schultz, S. E. (2006). *Psychology and Industry Today : An Introduction to Industrial and Organizational Psychology*. Upper Saddle River, New Jersey: Pearson Education.
- Siswanto. (2007). *Kesehatan mental: Konsep,cakupan, dan perkembangannya*. Penerbit Andi.

Sugiyono. (2012). Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R & D. Bandung: Alfabeta.

Sugiyono. (2013). Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D. CV Alfabeta.

Sukmono, R. J. (2009). Training meditasi "NSR" : Natural stress reduction. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.

Tajvar, A. (2014). Occopational Stress and Mental Healt Relationship in Nurses. *Advances in Nusing & Mindwifery*, 23(83), 1108-1113.

Weiss, M. J., (2002). Hardiness and social support as predictors of stress in mothers of typical children, children with autism, and children with mental retardation. *Autism*, 6(1), 115-130. DOI: 10.1177/1362361302006001009.

Williford, A.P., Calkins, S.D., & Keane, S.P. 2007. Predicting Change in Parenting Stress Across Early Childhood: Child and Maternal Factors. *Journal of Abnormal Child Psychology*.