

Peran Strategi Regulasi Emosi terhadap *Parental Burnout* pada Orang Tua Anak ASD, ADHD, dan IDD dengan Dukungan Sosial sebagai Moderator

Sabrina Puti Afifah¹, Diana Setiyawati²

^{1,2} Fakultas Psikologi, Universitas Gadjah Mada, Indonesia

sabrinaputiafifah@mail.ugm.ac.id¹, diana@ugm.ac.id²

Abstrak

Menjadi orang tua dari anak dengan ASD, ADHD, dan IDD merupakan tantangan yang kompleks dan berisiko menyebabkan *parental burnout*. Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh regulasi emosi terhadap *parental burnout* serta peran dukungan sosial sebagai variabel moderator dalam hubungan tersebut. Partisipan berjumlah 153 orang tua anak dengan ASD, ADHD, atau IDD. Variabel penelitian diukur menggunakan *Indonesian version of the Parental burnout Assessment (PBA-ID)*, *Regulating Emotions in Parenting Scale (REPS)*, dan *Interpersonal Support Evaluation List (ISEL-12)* versi Indonesia. Hasil menunjukkan bahwa regulasi emosi adaptif dan dukungan sosial secara signifikan berpengaruh negatif terhadap *parental burnout*, sementara supresi dan ruminasi berpengaruh positif. Namun, uji moderasi menunjukkan bahwa dukungan sosial hanya memoderasi pengaruh strategi ruminasi terhadap *parental burnout*, tetapi tidak dengan strategi regulasi emosi lainnya. Temuan ini menunjukkan bahwa ruminasi merupakan strategi regulasi emosi yang paling rentan terhadap pengaruh lingkungan interpersonal dan menegaskan pentingnya peran regulasi emosi dan dukungan sosial dalam menjelaskan *parental burnout*. Penelitian ini memberikan kontribusi teoretis pada pemahaman dinamika stres pengasuhan pada orang tua anak dengan ASD, ADHD, dan IDD di Indonesia.

Kata Kunci: *Parental burnout*, regulasi emosi, dukungan sosial, orang tua, *neurodevelopmental disorder*.

Abstract

Parenting a child with ASD, ADHD, or IDD presents complex challenges and increases the risk of parental burnout. This study aims to examine the influence of emotion regulation on parental burnout and to assess the moderating role of social support in this relationship. Participants consisted of 153 parents of children with ASD, ADHD, or. The study variables were measured using the Indonesian version of the Parental burnout Assessment (PBA-ID), the Regulating Emotions in Parenting Scale (REPS), and the Indonesian version of the Interpersonal Support Evaluation List (ISEL-12). The results indicated that adaptive emotion regulation and social support were significantly negatively associated with parental burnout, whereas suppression and rumination were positively associated with parental burnout. However, the moderation analysis revealed that social support only moderated the effect of rumination on parental burnout, and did not moderate the effects of other emotion regulation strategies. These findings indicate that rumination is the emotion regulation strategy most vulnerable to interpersonal influences and highlight the essential role of emotion regulation and social support in explaining parental burnout. This study contributes theoretically to understanding the dynamics of parenting stress among parents of children with ASD, ADHD, and IDD in the Indonesian context.

Keywords: *Parental burnout, emotion regulation, social support, parents, neurodevelopmental disorder.*