

ABSTRAK

Nggili, S. B. (2026). Gambaran *Work-Family Balance* pada Ayah yang Bekerja dan Memiliki Anak dengan *Autism Spectrum Disorder*. *Skripsi*. Yogyakarta: Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Sanata Dharma.

Penelitian ini bertujuan untuk memahami *work-family balance* pada ayah yang bekerja dan memiliki anak dengan *Autism Spectrum Disorder* (ASD). Partisipan dalam penelitian ini adalah tiga orang ayah yang bekerja dan memiliki anak dengan ASD yang dipilih menggunakan metode *convenience sampling*. Data dikumpulkan melalui wawancara semi terstruktur dan dianalisis menggunakan teknik analisis tematik induktif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *work-family balance* dimaknai sebagai kemampuan untuk mengelola peran pekerjaan dan keluarga secara bersamaan, mempertahankan keterlibatan dalam pengasuhan anak, serta sebagai proses yang terus diupayakan sesuai dengan perubahan tuntutan yang dihadapi. Dalam mengupayakan *work-family balance*, partisipan menghadapi tantangan berupa tuntutan pengasuhan, konflik antara pekerjaan dan keluarga, serta stigma sosial terkait ASD. Tantangan-tantangan tersebut dikelola oleh partisipan dengan memanfaatkan dukungan sosial dan menerapkan berbagai strategi adaptasi dalam kehidupan sehari-hari.

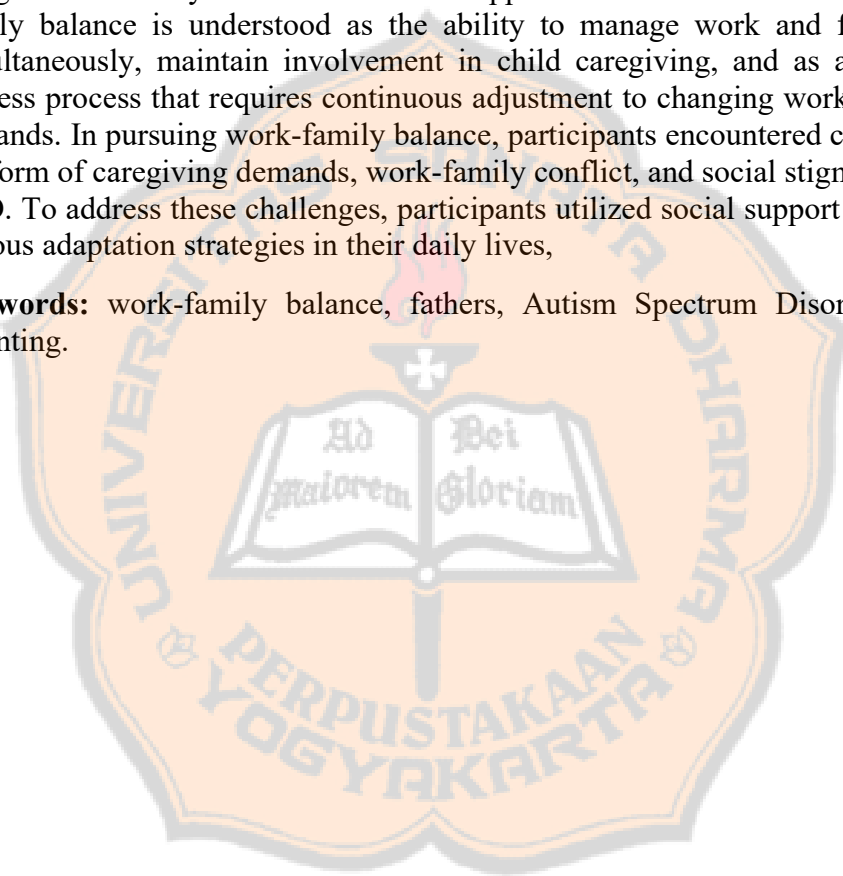
Kata kunci: *work-family balance*, ayah, *Autism Spectrum Disorder* (ASD), pengasuhan.

ABSTRACT

Nggili, S. B. (2026). *Work-Family Balance Among Working Fathers of Children with Autism Spectrum Disorder*. Thesis. Yogyakarta: Psychology, Faculty of Psychology, Sanata Dharma University

This research aims to understand work-family balance among working fathers who have children with Autism Spectrum Disorder (ASD). The participants in this study were three working fathers with children with ASD, selected using convenience sampling. Data were collected through semi-structured interviews and analyzed using thematic analysis with an inductive approach. The results indicate that work-family balance is understood as the ability to manage work and family roles simultaneously, maintain involvement in child caregiving, and as an on going process process that requires continuous adjustment to changing work and family demands. In pursuing work-family balance, participants encountered challenges in the form of caregiving demands, work-family conflict, and social stigma related to ASD. To address these challenges, participants utilized social support and applied various adaptation strategies in their daily lives,

Keywords: work-family balance, fathers, Autism Spectrum Disorder (ASD), parenting.



**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya mahasiswa Universitas Sanata Dharma:

Nama : Sintikhe Bethlien Nggili

NIM : 229114059

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya memberikan kepada Perpustakaan Universitas Sanata Dharma karya ilmiah saya yang berjudul:

“Gambaran *Work-Family Balance* pada Ayah yang Bekerja dan Memiliki Anak Dengan *Autism Spectrum Disorder*”

Dengan demikian, saya memberikan hak kepada Perpustakaan Universitas Sanata Dharma baik untuk menyimpan, mengalihkan dalam bentuk media lain, mengolahnya dalam bentuk pangkalan data, mendistribusikan secara terbatas, dan mempublikasikannya di internet atau media lain secara ***Fulltext/Tidak-Fulltext*** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta izin dari saya atau memberikan royalti kepada saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di Yogyakarta

Pada tanggal: 20 Juli 2026

Yang menyatakan,

Sintikhe Bethlien Nggili

KATA PENGANTAR

Hormat dan syukur peneliti naikan kepada Tuhan atas penyertaannya selama proses penyusunan skripsi ini, sehingga dapat berjalan dengan baik. Terwujudnya skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan dukungan oleh berbagai pihak. Untuk itu, melalui kesempatan kali ini, peneliti ingin menyampaikan terima kasih kepada:

1. Ibu Monica Eviandaru Madyaningrum, M.Psych, Ph.D., selaku dosen pembimbing skripsi yang telah meluangkan waktu, tenaga, arahan, dan dukungan yang membantu saya selama proses penulisan skripsi ini. Terima kasih banyak, Ibu, Tuhan berkati selalu.
2. Ibu Sylvi Carolina Maria Yunanti Murtisari, M.Si dan Ibu Diana Permata Sari, S.Psi., M.Sc., selaku dosen penguji sidang skripsi yang telah meluangkan waktu untuk menguji dan memberikan saran bagi skripsi ini, sehingga dapat menghasilkan hasil naskah yang lebih kuat dan baik.
3. Bapak Dr. Paulus Eddy Suhartanto, M.Si., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma. Terima kasih atas arahan dan pendampingan akademik selama penulis menempuh pendidikan.
4. Bapak Adung Santoso, M.A., Ph.D selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma sekaligus dosen pembimbing akademik. Terima kasih atas dukungan dan pendampingan selama proses perkuliahan.
5. Bapak Dr. Yohanes Heri Widodo, Psikolog selaku Ketua Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma. Terima kasih atas arahan dan pendampingan akademik selama penulis menempuh pendidikan.

6. Ibu Fernanda Putri Gisela, M.Psi., Psikolog selaku Wakil Ketua Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma. Terima kasih atas arahan dan pendampingan akademik selama penulis menempuh pendidikan.
7. Seluruh dosen, staf, pengelola Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma. Terima kasih atas ilmu, bantuan, fasilitas, serta dukungan selama saya menempuh pendidikan
8. Bapak Noverius, Mama Silvia, Kakak Ois, dan Nona Amuthya. Terima kasih atas doa dan dukungan, serta kepercayaan yang diberikan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
9. Bapak Jaya, Bapak Hasa, dan Bapak Mika, selaku partisipan yang telah bersedia mengikuti dan membagikan pengalamannya, sehingga penelitian ini dapat berjalan dengan baik.
10. Laura dan Gabi yang sudah turut serta mendukung dan menemani proses penulisan skripsi ini dari awal hingga akhir, dan selalu memberikan penguatan dan tempat untuk keluh kesah dan bertumbuh.
11. Lenin dan Kyra yang selalu memberikan penguatan lewat lelucon serta cerita-cerita yang terus membangun *mood* selama mengerjakan skripsi ini.
12. Irene yang selalu menemani proses penulisan skripsi ini dan menguatkan selama naik dan turun menulis skripsi ini.
13. Teman-teman kelas 22F yang telah mengisi hari-hari perkuliahan dengan begitu banyak cerita, tawa, dan pelajaran. Terima kasih telah menjadi tempat berbagi suka dan duka selama perjalanan ini.
14. Kepada grup NCT atas karya-karya yang telah menemani banyak hari panjang selama penyusunan skripsi ini. Melalui musik, tawa, dan semangat

yang dibagikan, penulis memperoleh hiburan dan motivasi untuk terus melangkah hingga skripsi ini dapat diselesaikan.

Yogyakarta, 20 Juli 2026

Peneliti

Sintikhe Bethlien Nggili



DAFTAR ISI

HALAMAN PERSEMBAHAN	v
PERNYATAAN KEASLIAN KARYA	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xvii
DAFTAR GAMBAR	xviii
BAB 1	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Pertanyaan Penelitian	8
1.3 Tujuan Penelitian	9
1.4 Manfaat Penelitian	9
BAB II	11
TINJAUAN PUSTAKA	11
2.1 <i>Work-Family Balance</i>	11
2.1.1 Definisi <i>Work-Family Balance</i>	11
2.1.2 Komponen <i>Work-Family Balance</i>	12
2.1.3 Faktor yang mempengaruhi <i>Work-Family Balance</i>	15
2.1.4 Dampak dari <i>Work-Family Balance</i> yang Tidak Seimbang	17
2.2 <i>Autism Spectrum Disorder</i> (ASD)	17
2.2.1 Definisi <i>Autism Spectrum Disorder</i> (ASD)	17
2.2.2 Kriteria Diagnostik <i>Autism Spectrum Disorder</i> (DSM-5-TR)	18
2.2.3 Tingkat Kompleksitas dari <i>Autism Spectrum Disorder</i>	19
2.3 Ayah yang Bekerja dan Memiliki Anak dengan ASD	20
2.3.1 Peran Ayah dalam Pengasuhan	20
2.3.2 Tantangan Ayah yang Bekerja	21
2.3.3 Pengasuhan Anak dengan ASD	22
2.3.4 Dinamika Ayah yang Bekerja dan Memiliki Anak dengan ASD	23
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	26
3.1 Jenis dan Desain Penelitian	26
3.2 Partisipan Penelitian	27

3.2.1	Kriteria Partisipan	27
3.2.2	Jumlah Partisipan	29
3.2.3	Rekrutmen Partisipan	30
3.3	Metode Pengumpulan Data	30
3.3.1	Cara Pengumpulan Data	30
3.3.2	Prosedur Pengumpulan Data	31
3.3.3	Panduan Pengumpulan Data	32
3.4	Teknik dan Proses Analisis Data	36
3.4.1	Melakukan Transkrip Data	36
3.4.2	Melakukan Familiarisasi Terhadap Data	37
3.4.3	Melakukan Koding	37
3.4.4	Mencari Tema	37
3.4.5	Meninjau Tema	38
3.4.6	Mendefinisikan dan Memberi Label Pada Tema	38
3.4.7	Menulis dan Memfinalisasi Analisis	38
3.5	Kredibilitas Penelitian	38
3.5.1	Refleksi Peneliti	39
3.5.2	Deskripsi yang Kaya dan Detail	39
3.5.3	Peer Review	40
3.5.4	Member Checking	40
3.5.5	Keterlibatan yang Memadai dengan Partisipan dan Data	40
3.6	Pertimbangan Etik	41
3.6.1	<i>Informed Consent</i>	41
3.6.2	<i>Voluntary Participation</i>	41
3.6.3	<i>Right to Withdraw</i>	41
3.6.4	<i>Confidentiality</i>	42
3.6.5	Menjaga Kenyamanan dan Kesejahteraan Partisipan	42
3.7	Refleksivitas	43
BAB IV		45
HASIL DAN PEMBAHASAN		45
4.1	Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian	45
4.1.1	Persiapan Penelitian	45
4.1.2	Pelaksanaan Penelitian	46
4.2	Proses Analisis Data	47

4.2.1	Melakukan Transkrip Data	48
4.2.2	Melakukan Pendalaman Data.....	48
4.2.3	Melakukan Koding	48
4.2.4	Mencari Tema	49
4.2.5	Meninjau Tema	51
4.2.6	Mengidentifikasi dan Memberikan Label pada Tema	51
4.2.7	Menulis dan Memfinalisasi Analisis	52
4.3	Partisipan Penelitian	52
4.3.1	Demografi Partisipan.....	52
4.3.2	Latar Belakang Partisipan	53
4.4	Hasil Penelitian	64
4.4.1	Makna <i>work-family balance</i>	65
4.4.2	Tantangan dalam mencapai <i>work-family balance</i>	71
4.4.3	Strategi dalam mencapai <i>work-family balance</i>	81
4.5	Pembahasan	103
BAB V		114
PENUTUP		114
5.1	Kesimpulan	114
5.2	Keterbatasan Penelitian.....	115
5.3	Saran.....	116
5.3.1	Bagi peneliti selanjutnya	116
5.3.2	Bagi Lembaga Sosial, Komunitas, dan Penyedia Layanan	117
5.3.3	Bagi Tempat Kerja.....	118
5.3.4	Bagi Ayah yang Memiliki Anak dengan ASD	118
DAFTAR PUSTAKA		119
LAMPIRAN		127
Lampiran 1.	<i>Informed Consent Partisipan 1</i>	127
Lampiran 2.	<i>Informed Consent Partisipan 2</i>	129
Lampiran 3.	<i>Informed Consent Partisipan 3</i>	131
Lampiran 4.	Verbatim Wawancara Partisipan 1	133
Lampiran 5.	Verbatim Wawancara Partisipan 2	146
Lampiran 6.	Verbatim Wawancara Partisipan 3	172
Lampiran 7.	Uji Mutu Temuan Penelitian Partisipan 1	183
Lampiran 8.	Uji Mutu Temuan Penelitian Partisipan 2	193

Lampiran 9. Uji Mutu Temuan Penelitian Partisipan 3	209
Lampiran 10. Kategorisasi Tema	217



DAFTAR TABEL

Tabel 1. Rancangan Wawancara	33
Tabel 2. Pelaksanaan Penelitian	47
Tabel 3. Demografi Partisipan	52
Tabel 4. Daftar Tema Temuan Penelitian	64



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Expert Judgement pada Tahap Koding.....	49
Gambar 2. Expert Judgement Perumusan Tema Awal.....	50
Gambar 3. Expert Judgement Terkait Kesamaan Tema.....	50
Gambar 4. Expert Judgement Tema Final.....	52
Gambar 5. Skema Keterkaitan Temuan Hasil Penelitian	103



BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Penelitian ini bertujuan untuk memberi gambaran pengalaman ayah yang bekerja dan memiliki anak dengan autisme dalam mengelola *work-family balance*. Istilah *work-family balance* dalam penelitian ini merujuk pada upaya individu dalam mencapai keseimbangan antara tuntutan pekerjaan dan kehidupan keluarga (Frone, 2003). Oleh karena itu, penelitian ini juga ingin mengkaji strategi-strategi yang digunakan ayah dalam upaya mencapai keseimbangan tersebut.

Secara garis besar, *work-family balance* adalah keadaan di mana peran pekerjaan dan peran keluarga dapat berjalan seimbang. Menurut Frone (2003), ada dua elemen utama yang lebih spesifik dan banyak dianut untuk menjelaskan konsep ini. Elemen yang pertama adalah *interrole conflict* yang berarti ketiadaan konflik atau gangguan antara peran pekerjaan dan peran keluarga (Greenhaus & Beutell, 1985). Konflik pada konsep ini bersifat dua arah, yaitu *work-to-family conflict* di mana pekerjaan mengganggu kehidupan keluarga dan *family-to-work conflict* di mana keluarga mengganggu pekerjaan. Elemen kedua adalah *interrole facilitation*, yang berfokus pada tingkat di mana partisipasi dalam satu peran, baik pekerjaan atau keluarga, dapat mempermudah pelaksanaan peran lainnya. *Facilitation* dalam konsep ini juga bersifat dua arah, yaitu *work-to-family facilitation* di mana pengalaman kerja meningkatkan fungsi dalam keluarga, dan *family-to-work facilitation*, di mana pengalaman keluarga mendukung kinerja kerja (Frone, 2003).

Mencapai *work-family balance* merupakan tantangan yang dihadapi oleh banyak individu yang menjalankan peran ganda sebagai pekerja sekaligus anggota keluarga. Tantangan utama yang dihadapi adalah *interrole conflict*, yaitu adanya tuntutan kerja dan peran keluarga yang bertentangan. Ketika seseorang memiliki waktu yang terbatas dan beban kerja yang tinggi, serta harus mengambil tanggung jawab domestik yang besar, maka hal tersebut dapat menyebabkan sejumlah dampak negatif seperti kelelahan fisik dan emosional. Dampak semacam ini dapat semakin lebih intens ketika individu yang bersangkutan kurang mendapatkan dukungan sosial di tempat kerja maupun di lingkungan keluarga, misalnya adanya harapan sosial dan peran gender yang kaku sehingga menghambat individu dalam memenuhi tuntutan dari kedua peran yang dijalankannya. Oleh karena itu, individu yang menghadapi tuntutan tinggi dari kedua domain berisiko mengalami ketidakseimbangan ketika tuntutan dari pekerjaan dan keluarga sulit untuk dikelola secara bersamaan. Sebaliknya, ketersediaan sumber daya dan dukungan yang memadai dari kedua domain dapat membantu individu mempertahankan keseimbangan antara peran pekerjaan dan keluarga (Frone, 2003).

Menurut Greenhaus dan Beutell (1985), konflik antara pekerjaan dan keluarga muncul ketika tuntutan dari kedua peran tersebut tidak dapat dijalankan secara bersamaan karena adanya keterbatasan sumber daya yang dimiliki individu. Konflik tersebut dapat terjadi dalam bentuk *time-based conflict*, ketika waktu yang digunakan untuk menjalankan satu peran mengurangi kesempatan untuk menjalankan peran lainnya; *strain-based conflict*, ketika tekanan atau kelelahan yang muncul dari satu peran mengganggu pelaksanaan peran lainnya; dan *behavior-based conflict*, ketika perilaku yang efektif pada satu peran tidak sesuai untuk

digunakan pada peran yang lain. Dalam konteks individu yang menjalankan peran sebagai pekerja sekaligus orang tua, berbagai bentuk konflik tersebut dapat menjadi tantangan dalam mencapai *work-family balance* karena individu dituntut untuk memenuhi berbagai tanggung jawab yang berasal dari domain pekerjaan maupun keluarga secara bersamaan (Greenhaus & Beutell, 1985).

Tantangan tersebut dapat menjadi lebih kompleks ketika individu memiliki anak dengan kebutuhan pengasuhan yang lebih tinggi. Salah satu kelompok yang sering menghadapi kondisi tersebut adalah orang tua yang memiliki anak dengan *Autism Spectrum Disorder* (ASD). Anak dengan ASD umumnya membutuhkan pendampingan yang lebih intensif dalam berbagai aspek kehidupan sehari-hari, sehingga menambah tuntutan yang harus dipenuhi oleh orang tua di dalam domain keluarga. Kondisi ini berpotensi meningkatkan kemungkinan terjadinya konflik antara peran pekerjaan dan keluarga yang pada akhirnya dapat mempengaruhi kemampuan individu dalam mencapai *work-family balance*.

Salah satu kondisi yang dapat memperumit dinamika tersebut adalah ketika orang tua memiliki anak yang berkebutuhan khusus, seperti *Autism Spectrum Disorder* (ASD), yang memerlukan perhatian dan penanganan khusus dalam kehidupan sehari-hari. ASD merupakan sekelompok kondisi yang beragam dan dikategorikan berdasarkan tingkat kesulitan dalam interaksi sosial dan komunikasi. ASD juga ditandai dengan perilaku yang repetitif, dan kebutuhan akan rutinitas yang kaku (World Health Organization, 2025). Kebutuhan individu dengan ASD dapat bervariasi dan berubah sejalan waktu. Walaupun ada individu dengan ASD yang dapat hidup dengan mandiri, mereka dengan tingkat gejala yang lebih kompleks biasanya membutuhkan bantuan dan dukungan seumur hidup.

Data dari hasil penelitian *Global Burden of Disease* pada 2021 memperkirakan ada sekitar 61,8 juta individu dengan ASD (Santomauro dkk., 2025). Di Amerika, per tahun 2022, menurut data dari *Centers for Disease Control* (CDC), 1 dari 31 anak memiliki ASD dan prevalensi ini naik sekitar 16,2% dari tahun 2020 (Centers for Disease Control [CDC], 2025). Pada usaha *monitoring* yang dilakukan oleh CDC pada anak dengan ASD berusia 8 tahun di 2020, didapatkan bahwa lebih banyak anak laki-laki yang memiliki ASD dibandingkan dengan anak perempuan (Shaw dkk., 2025). Sama halnya dengan hasil penelitian yang dilakukan di Indonesia antara tahun 2017-2020 menunjukkan bahwa lebih banyak anak laki-laki yang memiliki autisme dibandingkan dengan anak perempuan. Dari 187 kasus, 78,6% didominasi oleh anak laki-laki dan 21,4% oleh anak perempuan (Deva dkk., 2025). Data dari Survei Kesehatan Indonesia (SKI) pada tahun 2023 mengenai proporsi kelainan pada penduduk umur ≥ 1 tahun menurut menunjukkan bahwa ada sekitar 0,3% dari 863.402 individu yang memiliki ASD (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2023). Tingginya jumlah individu dengan ASD menunjukkan bahwa semakin banyak keluarga yang terlibat dalam proses pengasuhan anak dengan kebutuhan perkembangan yang khas. Kondisi tersebut dapat membawa berbagai konsekuensi bagi orang tua karena mereka perlu menyesuaikan waktu, tenaga, sumber daya finansial, serta strategi pengasuhan untuk memenuhi kebutuhan anak secara optimal.

Keluarga dengan anak ASD sering kali membutuhkan dukungan dan pendampingan yang lebih intensif (Karst & Hecke, 2012). Orang tua tidak hanya menghadapi kompleksitas yang berkaitan dengan karakteristik utama ASD, seperti hambatan dalam komunikasi dan interaksi sosial serta adanya perilaku yang

terbatas dan berulang, tetapi juga perlu menangani berbagai kebutuhan sehari-hari anak dengan ASD (American Psychiatric Association, 2022). Penelitian-penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa orang tua anak dengan ASD sering kali harus menghadapi masalah perilaku, kesulitan tidur, gangguan makan, serta keterbatasan dukungan sosial pada anak yang membutuhkan pendampingan secara berkelanjutan (Derguy dkk., 2015). Kemudian, orang tua juga perlu mengatur berbagai bentuk layanan pendukung, seperti terapi, rehabilitasi, serta layanan pendidikan khusus untuk menunjang perkembangan anak. Kondisi tersebut menuntut investasi waktu, tenaga, dan sumber daya yang besar dari keluarga, sehingga dapat mempengaruhi berbagai aspek kehidupan keluarga.

Tuntutan pengasuhan yang tinggi tersebut dapat menimbulkan berbagai tantangan bagi orang tua. Orang tua anak dengan ASD cenderung mengalami tingkat stres pengasuhan yang lebih tinggi dibandingkan orang tua anak tipikal (Clauser dkk., 2020; Hosseinpour dkk., 2022). Selain tekanan psikologis, orang tua juga sering menghadapi berbagai perubahan dalam kehidupan sosial, hubungan keluarga, kesehatan fisik dan mental, serta kondisi ekonomi akibat kebutuhan pengasuhan yang berkelanjutan (Aguiar & Pondé, 2019). Berbagai tantangan tersebut dapat mempengaruhi kemampuan orang tua dalam menjalankan peran lain di luar keluarga, termasuk peran sebagai pekerja (Aguiar & Pondé, 2019; Laili dkk., 2021).

Di tengah berbagai tantangan yang dihadapi keluarga, ayah juga memiliki peran penting dalam mendukung perkembangan dan kesejahteraan anak. Secara tradisional, peran ayah lebih banyak dikaitkan dengan tanggung jawab sebagai pencari nafkah (*breadwinner*), pengambilan keputusan, dan pemberi arahan dalam

keluarga, sedangkan pengasuhan sehari-hari lebih sering dihubungkan dengan peran ibu. Seiring dengan perubahan sosial dan dinamika keluarga, konsep *fatherhood* berkembang sehingga keterlibatan ayah tidak lagi terbatas pada pemenuhan kebutuhan ekonomi, tetapi juga mencakup partisipasi aktif dalam pengasuhan, pembangunan kedekatan emosional dengan anak, serta dukungan terhadap pasangan dalam menjalankan pengasuhan (Lamb, 2000).

Perkembangan tersebut menunjukkan adanya perubahan konsep yang menempatkan ayah sebagai figur yang lebih aktif dalam kehidupan keluarga. Keterlibatan ayah yang lebih besar berkontribusi terhadap perkembangan anak, kesejahteraan keluarga, serta kemampuan keluarga dalam menghadapi berbagai tantangan (Boyd dkk., 2019). Pada keluarga yang memiliki anak dengan disabilitas, termasuk ASD, peran ayah menjadi semakin penting karena kebutuhan pengasuhan yang lebih kompleks dan berkelanjutan (Boyd dkk., 2019). Pengalaman ayah dalam pengasuhan anak dengan ASD juga dipengaruhi oleh budaya. Dalam masyarakat Indonesia yang cenderung kolektivistik, proses pengasuhan sering kali turut melibatkan keluarga besar. Keterlibatan keluarga besar juga krusial bagi orang tua dalam menghadapi tuntutan pengasuhan anak ASD yang berkelanjutan (Shandy & Wardoyo, 2026; Winarianti dkk., 2022).

Ayah yang bekerja dan memiliki anak dengan ASD menghadapi tantangan dalam menjalankan tuntutan pekerjaan dan pengasuhan secara bersamaan. Selain memenuhi kebutuhan ekonomi keluarga, ayah juga perlu terlibat dalam berbagai kebutuhan anak, seperti terapi, layanan pendidikan khusus, dan pendampingan sehari-hari (Lien dkk., 2021). Berbagai tuntutan tersebut dapat meningkatkan tekanan dalam menjalankan kedua peran sekaligus. Beberapa penelitian

menunjukkan bahwa ayah sering mengalami ketegangan antara tuntutan pekerjaan dan kebutuhan keluarga, serta menghadapi tekanan antara mempertahankan peran sebagai pencari nafkah dan keinginan untuk terlibat aktif dalam pengasuhan anak (Lien dkk., 2021; Matthews dkk., 2011; Vatne dkk., 2023). Tingginya tingkat stres pengasuhan, hambatan komunikasi, serta tantangan perilaku pada anak dengan ASD, sering kali membuat sebagian ayah merasa kewalahan, memilih untuk menarik diri, atau memfokuskan diri hanya sebagai *breadwinner* (Harita & Chusairi, 2022; Langley, 2025). Hal ini menyebabkan beban pengasuhan anak dengan ASD secara dominan ditanggung oleh ibu (Asfari, 2022; Harita & Chusairi, 2022). Kondisi ini menunjukkan bahwa ayah yang bekerja dan memiliki anak dengan ASD berhadapan dengan dinamika yang lebih kompleks dalam mengelola kehidupan pekerjaan dan keluarga mereka.

Penelitian sebelumnya telah mengkaji pengalaman orang tua yang memiliki anak dengan ASD maupun disabilitas perkembangan lainnya, termasuk terkait stres pengasuhan, kualitas hidup, keterlibatan orang tua, serta tantangan dalam menyeimbangkan pekerjaan dan keluarga. Namun, sebagian besar penelitian masih lebih banyak berfokus pada pengalaman ibu atau membahas orang tua sebagai satu kelompok homogen (Boyd dkk., 2019; Camilleri, 2022). Sementara itu, penelitian mengenai *work-family balance* pada orang tua dengan anak disabilitas masih cukup terbatas dibandingkan pada orang tua anak non-disabilitas (Parchomiuk, 2020). Maka dari itu, penelitian yang secara khusus mengkaji pengalaman ayah yang bekerja dan memiliki anak dengan ASD dalam mencapai *work-family balance* masih diperlukan serta secara khusus berfokus pada pengalaman ayah dalam menjalankan peran pengasuhan anak di tengah tuntutan pekerjaan sebagai bagian

dari upaya mencapai *work-family balance*. (Bourke-Taylor dkk., 2021; Davys dkk., 2016; Vatne dkk., 2023).

Penting untuk memahami mengenai *work-family balance* pada ayah yang bekerja dan memiliki anak dengan ASD karena keseimbangan antara pekerjaan dan keluarga tidak hanya berdampak pada kesejahteraan ayah, tetapi juga dapat mempengaruhi kualitas pengasuhan, hubungan keluarga, serta dukungan yang diberikan kepada anak. Di antara pengetahuan tersebut diharapkan dapat memperkaya kajian *work-family balance* pada konteks keluarga dengan anak ASD, sekaligus memberikan masukan bagi praktisi, instansi pekerjaan, penyedia layanan, maupun pihak yang mendampingi keluarga dengan anak ASD.

1.2 Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah dijabarkan sebelumnya, maka pertanyaan penelitian yang akan dibahas dalam penelitian ini yaitu berkaitan dengan bagaimana gambaran *work-family balance* pada ayah yang bekerja dan memiliki anak dengan ASD. Pokok permasalahan tersebut akan kemudian dikembangkan dengan berfokus pada beberapa pertanyaan berikut:

1. Bagaimana makna *work-family balance* bagi ayah yang bekerja dan memiliki anak dengan ASD?
2. Apa saja tantangan yang ditemui ayah yang bekerja dan memiliki anak dengan ASD dalam mengupayakan *work-family balance*?
3. Apa strategi yang digunakan ayah yang bekerja dan memiliki anak dengan ASD gunakan dalam mengupayakan *work-family balance*?

Penelitian ini akan difokuskan pada pengalaman ayah dalam mengupayakan keseimbangan antara perannya di domain pekerjaan dan domain keluarga, ditambah