

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Setiap orang tua berharap agar anaknya dapat tumbuh dengan kesehatan yang baik, mencapai kesempurnaan, dan meraih kesuksesan dalam hidup mereka. Orang tua juga memiliki impian mengenai masa depan anak-anaknya, seperti pencapaian prestasi di sekolah, mendapatkan pendidikan terbaik mulai dari taman kanak-kanak hingga perguruan tinggi, dan mendapatkan pekerjaan yang memberikan penghasilan yang tinggi. Namun, kenyataannya, ada anak yang lahir dengan ketidaksempurnaan, baik secara fisik, intelektual, maupun mental. Hal ini menimbulkan kesedihan yang mendalam bagi orang tua, terutama orang tua. Anak yang mengalami kondisi seperti itu umumnya disebut sebagai Anak Berkebutuhan Khusus (ABK). Istilah ini merujuk pada anak yang dianggap memiliki perbedaan atau kelainan dari kondisi umum anak normal, baik dalam aspek fisik, mental, maupun karakteristiknya (Pasyola, Abdullah, & Puspasari, 2021).

Anak yang memiliki kebutuhan khusus atau mengalami keterbelakangan mental juga dikenal sebagai anak tunagrahita. Istilah ini mengacu pada anak yang menunjukkan tingkat kecerdasan yang signifikan di bawah rata-rata, disertai dengan kesulitan dalam beradaptasi secara perilaku selama masa perkembangannya. Masyarakat sering kali mengidentifikasi tunagrahita sebagai bentuk keterbelakangan mental, kadang-kadang disebut juga sebagai idiot. Menurut definisi dari *American Association on Mental Deficiency*, tunagrahita didefinisikan sebagai kelainan fungsi intelektual dengan rata-rata IQ di bawah 70, serta memiliki tingkat ketergantungan yang tinggi pada bantuan orang lain. Tingkatan keparahan tunagrahita dibagi menjadi empat kategori, yaitu tunagrahita ringan (IQ 51-70), tunagrahita sedang (IQ 36-51), tunagrahita berat (IQ 20-35), dan tunagrahita sangat berat (IQ di bawah 20) (Rojabtiyah, 2020).

Menurut World Health Organization (WHO) pada tahun 2019, diperkirakan lebih dari 450 juta anak di seluruh dunia mengalami gangguan mental atau tunagrahita. Di Amerika Serikat, setiap tahunnya, sekitar 3000-5000 anak lahir dengan kondisi retardasi mental. Prevalensi anak tunagrahita di Indonesia, menurut WHO, saat ini diperkirakan mencapai 1-3% dari total penduduk. Jika dibagi lebih rinci, persentase anak tunagrahita sangat berat mencapai 2,5%, tunagrahita berat sekitar 2,8%, tunagrahita cukup berat sebesar 2,6%, dan tunagrahita ringan sekitar 3,6%. Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik, Provinsi Jawa Tengah memiliki sekitar 4.808 anak yang mengalami tunagrahita (BPS, 2021).

BP-DIKSUS menunjukkan bahwa di Kabupaten Tegal tercatat ada 274 anak yang mengalami tunagrahita (Aji, 2021). Menurut Rakhmania (2019), berdasarkan perhitungan Kementerian Sosial Republik Indonesia, jumlah individu yang mengalami tunagrahita mencapai 777.761 jiwa. Penting untuk dicatat bahwa anak tunagrahita memerlukan perhatian khusus dari orang tua mereka, terutama dari seorang orang tua. Peran orang tua menjadi sangat vital dalam mengawasi pertumbuhan dan perkembangan anak, terutama bagi anak yang mengalami tunagrahita (Panzilion et, 2020).

Kecacatan pada anak dapat membuat orang tua mengalami rasa kehilangan dan frustrasi, membawa mereka pada siklus kesedihan yang berkepanjangan. Hal ini dapat memicu tingkat stres yang tinggi pada orang tua selama proses merawat anak mereka yang memiliki kesulitan perkembangan (Kore dkk., 2017). Stres yang dialami oleh orang tua seringkali terkait dengan tantangan sehari-hari dalam memberikan perawatan yang dorang tuatuhkan oleh anak-anak dengan kebutuhan khusus. Penelitian (Vilaseca dkk., 2020) menunjukkan bahwa tuntutan dan tantangan tersebut dapat menciptakan beban emosional yang signifikan bagi orang tua, menyebabkan tingkat stres yang lebih tinggi. Penting untuk memahami bahwa menerima anak dengan kebutuhan khusus memerlukan waktu, dukungan sosial, dan pemahaman diri yang mendalam. Proses ini dapat melibatkan dukungan dari ahli medis, keluarga, dan komunitas, serta upaya untuk merubah persepsi dan harapan-harapan yang mungkin tidak realistis.

Studi yang melibatkan 78.305 orang tua di Amerika menunjukkan bahwa orang tua yang memiliki anak dengan gangguan tunagrahita mengalami tingkat kemarahan dan stres yang tinggi, mencapai 44% (Olianda, 2020). Tingkat stres yang dialami oleh orang tua tidak hanya dipengaruhi oleh permasalahan perilaku anak, melainkan juga oleh perasaan pesimis terkait dengan anak mereka. Salah satu faktor penyebab stres adalah penurunan harga diri yang dirasakan oleh orang tua, terutama ketika melahirkan anak yang tidak sesuai dengan harapan pasangan mereka, sehingga dapat menimbulkan stres pada orang tua yang memiliki anak dengan retardasi mental (Nisa, 2019).

Stres yang dialami oleh orang tua dalam merawat anak tunagrahita di Indonesia merupakan tantangan besar. Dalam beberapa tahun terakhir, jumlah orang tua yang mengalami stres dalam mengasuh anak tunagrahita telah meningkat secara signifikan. Menurut survei yang dilakukan Kementerian Riset dan Teknologi, ada sekitar 55% masyarakat mengalami stres, dengan kategori stres sangat berat 0,8% dan stres ringan 34,5% (Direja, 2020). Berdasarkan data yang dirilis oleh Dinas Kesejahteraan Sosial Provinsi Jawa Tengah pada tahun 2006, sebanyak 704.000 individu mengalami gangguan mental, 608.000 orang mengalami tingkat stres, dan 96.000 orang didiagnosis menderita gangguan kejiwaan yang lebih serius. Menurut laporan dari Badan Kesehatan Dunia (WHO), sekitar 3 per mil dari sekitar 32 juta penduduk Jawa Tengah mengalami gangguan kejiwaan, sementara 19 per mil lainnya mengalami tingkat stres. Dalam persentase, hal ini mencapai sekitar 2,2 persen dari total populasi Jawa Tengah (Rismawan, Ulfah, & Kurnia, 2020).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Hidayat (2021), di SLB N Slawi Kabupaten Tegal menunjukkan bahwa dari 60 responden yang mengalami stres ringan sebanyak 22 orang (36,7%), stres sedang sebanyak 28 orang (46,7%), dan stres berat sebanyak 10 orang (16,7%). Lebih lanjut, dalam penelitian tersebut juga diperoleh hasil terdapat 35 perempuan (58,3%) dan 25 laki-laki (41,7%) yang mengalami stres pengasuhan. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas orang tua

yang mengalami stres adalah perempuan. Pada dasarnya, karakteristik perempuan dan laki-laki berbeda tidak hanya dalam pola pikir dan bertindak, tetapi juga dari segi fisik. Perhatian dan kesibukan perempuan dalam mengurus anak berkebutuhan khusus serta pekerjaan sebagai ibu rumah tangga membuat mereka mudah merasa lelah, yang berakibat pada keadaan emosi yang tidak stabil. Kondisi dan kebutuhan anak yang berbeda memerlukan perhatian dan perawatan yang lebih intensif, menyebabkan kelelahan baik secara fisik maupun psikis bagi para ibu.

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan kemampuan manajemen stres dengan tingkat stres pada orang tua anak tunagrahita di SLBN 1 Palangkaraya menyimpulkan bahwa kemampuan manajemen stres itu sendiri dipengaruhi oleh tingkat stres yang dialami orang tua anak tunagrahita itu sendiri. Karena tingkat stres yang dialami orang tua anak tunagrahita disebabkan oleh manajemen stres yang kurang tepat serta ketidakmampuan responden dalam menghadapi tekanan atau masalah sehingga menjadikan stres sebagai faktor yang tidak dapat dihindari, beban dalam merawat dan interaksi sosial pada orang tua anak tunagrahita tersebut dapat menjadi sumber stres, sebenarnya apabila individu dapat mengelola atau memajemen stres dengan baik individu dapat menghasilkan coping yang baik atau adaptif (Apriliyanti, Anugrahni, & Agustina, 2017).

Penelitian oleh Yusianti & Paramita (2023), menemukan bahwa parenting *self-efficacy* berperan signifikan dalam mengurangi parenting stress pada ibu yang memiliki anak dengan Gangguan Spektrum Autisme (GSA) usia 5-12 tahun. Semakin tinggi keyakinan ibu terhadap kemampuannya dalam mengasuh, semakin rendah tingkat stres yang dirasakan, dengan parenting *self-efficacy* berkontribusi sebesar 22,7% terhadap variasi dalam tingkat stres pengasuhan. Hasil ini menunjukkan pentingnya meningkatkan *self-efficacy* melalui program intervensi untuk membantu ibu merasa lebih kompeten dan mengurangi tekanan dalam pengasuhan anak GSA.

Penelitian oleh Asiyadi & Jannah (2021), menganalisis hubungan antara *parenting stress* dan *parenting self-efficacy* pada ibu yang memiliki anak dengan disabilitas intelektual. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan teknik korelasi, melibatkan 74 ibu dari anak usia 6-12 tahun yang bersekolah di Sekolah Luar Biasa (SLB). Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara *parenting stress* dan *parenting self-efficacy*, dengan koefisien korelasi sebesar -0,494. Artinya, semakin tinggi *parenting self-efficacy*, semakin rendah tingkat *parenting stress* yang dirasakan ibu, dan sebaliknya. Temuan ini mengindikasikan pentingnya meningkatkan *self-efficacy* dalam pengasuhan untuk mengurangi stres pada orang tua yang memiliki anak dengan disabilitas intelektual.

Berdasarkan hasil penelitian yang pernah dilaksanakan di SLB N Slawi tentang hubungan tingkat stress orang tua dengan mekanisme koping pada orang tua yang memiliki anak tuna grahita usia 7-18 tahun diketahui bahwa tingkat stress orang tua yang memiliki anak tunagrahita Usia 7-18 mayoritas menggunakan mekanisme koping maladaptif. Hal ini disebabkan kurangnya dukungan sosial dari keluarga sehingga mereka malu atau sedih saat ditanya keadaan anaknya saat mendapat masalah orang tua mencoba menyelesaikan sendiri tanpa meminta nasihat yang mengakibatkan dalam menyelesaikan cenderung negatif atau menggunakan mekanisme koping adaptif. Sedangkan orang tua saat mendapat masalah dalam merawat mereka mendapat dukungan sosial berupa nasehat baik dari keluarga maupun lingkungan maupun orang tua retardasi lainnya sekitar. Para orang tua juga selalu bertukar pendapat dengan keluarga atau orang tua yang juga memiliki anak tunagrahita (Hidayat, Widodo, & Aji, 2021).

Berdasarkan hasil penelitian yang ada, dapat disimpulkan bahwa kemampuan manajemen stres dan *parenting self-efficacy* memiliki peran penting dalam mengurangi tingkat stres pada orang tua yang memiliki anak dengan kebutuhan khusus, seperti anak tunagrahita atau anak dengan gangguan spektrum autisme. Tingginya keyakinan orang tua terhadap kemampuan mereka dalam mengasuh anak (*parenting self-efficacy*) serta adanya dukungan sosial yang memadai dapat

membantu orang tua menggunakan mekanisme koping yang lebih adaptif, sehingga mengurangi stres yang dialami. Oleh karena itu, program intervensi yang bertujuan untuk meningkatkan *self-efficacy* dan memberikan dukungan sosial sangat diperlukan untuk membantu orang tua merasa lebih kompeten dan mengurangi tekanan dalam pengasuhan anak dengan kebutuhan khusus.

Sejalan dengan hasil penelitian di atas, stres pada orang tua juga disebabkan oleh berbagai faktor lain, seperti kelelahan akibat beban perawatan anak yang memerlukan waktu dan kesabaran ekstra, dampak negatif pada kesehatan fisik, tanggung jawab yang tak terbatas, perasaan putus asa, rasa malu yang mungkin dirasakan keluarga terkait kondisi anak, serta efek stigmatisasi dari masyarakat yang dapat memengaruhi kehidupan orang tua (Kurnia, 2019). Peningkatan tingkat stres pada orang tua sering kali dikaitkan dengan kemampuan *parenting* dalam mengatasi stres, sehingga penting untuk meningkatkan *parenting self-efficacy* secara adaptif dalam mengasuh anak dengan kebutuhan khusus, seperti anak tunagrahita (Asiyadi, 2021). Dukungan sosial, pemahaman, dan pendampingan profesional dapat membantu mengurangi tingkat stres yang dialami oleh orang tua yang memiliki anak dengan kebutuhan khusus. *Parenting self-efficacy* diartikan sebagai penilaian diri orang tua terhadap kompetensi dalam melakukan peran sebagai orang tua untuk secara positif mempengaruhi perilaku dan perkembangan anak mereka (Hess, 2004). *Parenting self-efficacy* merupakan hal yang penting yang dimiliki oleh orang tua terutama yang memiliki anak dengan berkebutuhan khusus untuk menghadapi karakteristik yang berbeda. Orang tua dengan *parenting self-efficacy* yang tinggi merasa yakin bahwa mereka dapat menerapkan praktik pengasuhan yang efektif untuk anak mereka sedangkan orang tua dengan *parenting self-efficacy* yang rendah mereka cenderung merasa kesulitan dalam berproses pengasuhan anaknya. Orang tua dengan *parenting self-efficacy* yang tinggi tentu lebih siap menerima keadaan sang anak dengan gangguan pendengaran sebagai hambatan yang dapat diatasi. Orang tua pun mampu mengawasi secara maksimal perkembangan anak terutama pada perkembangan kompetensi sosialnya. Selanjutnya orang tua mampu

mempersiapkan cara berkomunikasi, dan berpartisipasi aktif dalam perkembangan akademik, sosial dan bahasa anak (Mardhotillah, 2018).

Banyak faktor yang dapat mempengaruhi *parenting self-efficacy*, seperti yang dijelaskan Coleman dan Karraker (2021), pengalaman orang tua di masa kecil yang berkaitan dengan *attachment* dapat mempengaruhi *parenting self-efficacy*. Bagaimana orang tua tinggal di suatu budaya dan komunitas dapat memberikan informasi mengenai praktik pelaksanaan *parenting*. Hal tersebut dapat menjadi penilaian diri orang tua terhadap kompetensinya dalam melaksanakan tugas dan tuntutan yang ditemui dalam praktik *parenting* (Asiyadi, 2021). Selanjutnya, pengalaman dengan anak terbukti sebagai sumber penting bagi orang tua dalam mengetahui kompetensi yang dimiliki untuk mengatur anak. Selain itu, tingkat kesiapan kognitif atau perilaku berkaitan dengan bagaimana orang tua dapat menggunakan gaya pengasuhan yang sesuai atau tidak untuk anaknya. Dukungan sosial berupa dorongan, dukungan emosional, dan perhatian yang diberikan oleh pasangan juga diperlukan orang tua untuk dapat meningkatkan keyakinan mereka terkait praktik *parenting*, selain faktor dari orang tua, terdapat faktor dari anak yang berkaitan dengan karakteristik anak, seperti usia, masalah perilaku, temperamen serta keterampilan sosial anak (Jannah, 2021).

Parenting self-efficacy adalah keyakinan yang vital bagi orang tua dalam mengasuh anak dengan kebutuhan khusus seperti anak tunagrahita. Tingkat *parenting self-efficacy* yang tinggi dikaitkan dengan kemampuan orang tua dalam mengatasi tantangan, mengurangi tingkat stres, dan memberikan pengasuhan yang lebih efektif. Data dari berbagai penelitian diatas menunjukkan bahwa meningkatnya *parenting self-efficacy* dapat mengurangi tingkat stres pada orang tua dan berkontribusi terhadap peningkatan kualitas pengasuhan, serta membantu dalam menerima dukungan sosial dan profesional dengan lebih baik. Selanjutnya, melakukan penelitian tentang hubungan antara *parenting self-efficacy* dan tingkat stres orang tua yang memiliki anak tunagrahita dapat menjadi dasar untuk merancang program intervensi yang lebih efektif dalam mengelola stres orang tua, yang nantinya dapat meningkatkan kesejahteraan keluarga secara keseluruhan.

Dari pemahaman yang telah diperoleh tersebut, peneliti mencoba mencari gambaran awal tentang pendapat atau keadaan orang tua yang mengasuh anak tunagrahita di SLB N Slawi. Peneliti melakukan wawancara dengan 10 orang tua dari anak tunagrahita jenjang Sekolah Dasar di SLB N Slawi. Hasil wawancara, 10 orang tua tersebut menyatakan bahwa ketika pertama kali mengetahui memiliki anak tunagrahita, mereka merasa sangat sedih dan terkejut karena memiliki anak yang berbeda dengan anak-anak lainnya. Tiga orang tua mengalami kendala dalam mengasuh anak tunagrahita, termasuk seringnya anak sakit-sakitan dan membutuhkan biaya yang cukup besar untuk pengobatan. Selain itu, 3 orang tua merasa kelelahan dalam mengasuh anaknya karena harus melakukan pengawasan secara intensif. Pemenuhan aktivitas sehari-hari seperti berpakaian, makan, dan mandi memerlukan bantuan dari orang tua. Empat orang tua juga menyatakan pernah merasa marah karena perilaku anak tunagrahita mereka. Hal ini menggambarkan bahwa orang tua anak tunagrahita menghadapi berbagai tantangan, termasuk kendala finansial, kelelahan fisik, dan emosi terkait dengan perilaku anak. Jika dilihat dari tingkatan stres yang dialami orang tua tersebut, dapat dikatakan bahwa dari 10 orang tua yang telah di wawancarai ada 3 orang tua yang mengalami stres ringan, 4 orang tua mengalami stres sedang, dan 3 orang tua mengalami stres berat.

Berdasarkan hasil wawancara tersebut, anak-anak tunagrahita ringan dan sedang tingkat sekolah dasar (SD) di SLB N Slawi sering menghadapi tantangan kesehatan yang memerlukan perhatian dan biaya pengobatan tambahan, serta menunjukkan tingkat ketergantungan yang tinggi pada bantuan orang tua untuk aktivitas sehari-hari. Perlunya strategi khusus dalam pengasuhan dan penanganan menjadi penting, mengingat perilaku anak-anak ini bisa menjadi sumber frustrasi bagi orang tua. Meskipun karakteristik anak-anak tunagrahita ringan dan sedang seringkali serupa, akan tetapi gaya parenting dan tingkat stres orang tua dapat bervariasi berdasarkan latar belakang budaya, pengalaman pribadi, dan pengetahuan tentang kebutuhan khusus anak mereka. Dengan demikian, pengembangan keterampilan hidup sehari-hari memerlukan pendekatan yang

berbeda bagi setiap anak. Disamping itu, respon dan pendekatan orang tua terhadap anak mereka mungkin juga berbeda. Berdasarkan permasalahan diatas peneliti tertarik melakukan penelitian tentang “Hubungan *parenting self-efficacy* dengan tingkat stres orang tua yang memiliki anak tunagrahita di SLB N Slawi”.

1.2 Tujuan Penelitian

1.2.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan *parenting self-efficacy* dengan tingkat stres orang tua yang memiliki anak tunagrahita di SLB N Slawi.

1.2.2 Tujuan Khusus

1.2.2.1 Mengidentifikasi *parenting self-efficacy* pada orang tua yang memiliki anak tunagrahita.

1.2.2.2 Mengidentifikasi tingkat stres orang tua yang memiliki anak tunagrahita.

1.2.2.3 Mengidentifikasi hubungan antara *parenting self-efficacy* dengan tingkat stres orang tua yang memiliki anak tunagrahita.

1.3 Manfaat Penelitian

Manfaat Aplikatif

1.3.1.1 Bagi orang tua

Penelitian ini dapat memberikan wawasan yang berharga dalam memahami dampak dan tantangan yang dihadapi oleh keluarga dengan anggota keluarga yang memiliki kebutuhan khusus.

1.3.1.2 Bagi sekolah

Penelitian dapat membantu sekolah memahami lebih baik tantangan dan beban stres yang dihadapi oleh orang tua yang memiliki anak tunagrahita dan memberikan wawasan lebih dalam terkait dengan penyesuaian orang tua terhadap

kebutuhan anak mereka. Selain itu, dapat membantu guru dalam berkomunikasi dan berkolaborasi dengan orang tua secara lebih efektif.

1.3.2 Manfaat Keilmuan

Hasil peneliti ini diharapkan dapat menjadi sumber referensi untuk mahasiswa dan menjadi sumber referensi bagi perkembangan ilmu keperawatan. Melalui penelitian ini, kontribusi keilmuan dapat membantu memperdalam pemahaman kita tentang kompleksitas pengalaman orang tua yang memiliki anak tunagrahita dan memberikan dasar untuk pengembangan praktik-praktik terbaik di berbagai bidang, termasuk psikologi, pendidikan inklusif, dan dukungan keluarga.

1.3.3 Manfaat Metodologi

Hasil penelitian ini berguna sebagai data dasar bagi penelitian selanjutnya dengan variabel yang berbeda.