

## **BAB 2**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Konsep *Parenting Self-Efficacy***

##### 2.1.1 Definisi *Parenting Self-Efficacy*

*Parenting self-efficacy* adalah penilaian orang tua terhadap kemampuan atau kompetensi mereka dalam menjalankan peran sebagai orang tua. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran umum mengenai tingkat *parenting self-efficacy* pada orang tua yang memiliki anak dengan *Autistic Spectrum Disorder* (ASD). Dalam konteks ini, *parenting self-efficacy* mencakup penilaian orang tua terhadap kemampuannya untuk memahami, mendidik, dan merawat anak dengan ASD secara efektif. Penelitian ini mungkin melibatkan evaluasi tingkat keyakinan orang tua dalam menghadapi tantangan khusus yang terkait dengan pengasuhan anak dengan ASD (Larasati, Qodariah, & Joefiani, 2021).

*Parenting self-efficacy* merupakan suatu penilaian atau perkiraan yang dimiliki oleh orang tua mengenai kemampuan mereka dalam menjalankan peran sebagai orang tua. Hal ini mencakup pandangan tentang sejauh mana kompetensi mereka dapat memengaruhi perilaku dan perkembangan anak. Dalam konteks pengasuhan, peran orang tua menjadi kontrol sangat signifikan terhadap perkembangan anak. Salah satu kompetensi utama yang harus dimiliki oleh orang tua adalah *parenting self-efficacy*, yaitu keyakinan akan kemampuan mereka dalam memenuhi tugas-tugas dan tanggung jawab sebagai orang tua. Kepercayaan ini memainkan peran penting dalam membentuk interaksi, kualitas hubungan, dan dampak positif pada perkembangan anak (Fitriani, 2023).

*Parenting self-efficacy* yang tinggi memiliki kaitan dengan kemampuan orang tua untuk menyediakan, merangsang, dan menjaga lingkungan pengasuhan anak yang adaptif. Misalnya, tingkat kemandirian dalam pengasuhan telah terbukti dapat memprediksi responsivitas terhadap kebutuhan anak, keterlibatan langsung dalam

interaksi pengasuhan, dan persepsi orang tua terhadap beberapa masalah perilaku anak. Di sisi lain, *parenting self-efficacy* yang rendah terkait dengan depresi orang tua, perilaku defensif dan pengendalian diri orang tua, masalah perilaku pada anak, persepsi kesulitan merawat anak, tingkat stres tinggi pada orang tua, dan penggunaan mekanisme koping yang maladaptif dalam peran pengasuhan. *Parenting self-efficacy* yang rendah juga dikaitkan dengan kecenderungan orang tua untuk fokus pada kesulitan, pengaruh negatif, peningkatan rasa tidak berdaya dalam peran pengasuhan, dan penggunaan hukuman dalam penerapan disiplin (Rahmadiar, 2018).

Berdasarkan pengertian di atas, dapat dikatakan bahwa *Parenting self-efficacy* merupakan penilaian atau perkiraan orang tua tentang kemampuan mereka dalam menjalankan peran sebagai orang tua. *Parenting self-efficacy* memiliki peran penting dalam membentuk interaksi, kualitas hubungan, dan dampak positif pada perkembangan anak. Tingkat *parenting self-efficacy* juga dapat mempengaruhi apakah orang tua cenderung fokus pada kesulitan dan pengaruh negatif atau mengadopsi pendekatan yang lebih positif terhadap peran pengasuhan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa tingkat *parenting self-efficacy* memainkan peran kunci dalam pengasuhan anak, dan tingkatnya dapat berdampak pada berbagai aspek kesejahteraan orang tua dan perkembangan anak.

#### 2.1.2. Domain *Parenting Self-Efficacy*

Terdapat 5 domain dalam *parenting self-efficacy* untuk menilai persepsi kompetensi orang tua dalam tugas *parenting* yang dikemukakan oleh Comelan dan Karraker dalam (Fitriani, 2023), yaitu:

##### 2.1.2.1 Prestasi (*Achievement*)

Domain ini menjelaskan bagaimana orang tua memfasilitasi prestasi anak di sekolah. Dalam mendukung prestasi anak, orang tua perlu menciptakan lingkungan belajar yang sesuai dengan kebutuhan anak tunagrahita. Seperti, melibatkan penggunaan metode pembelajaran yang lebih visual, yaitu

menggunakan gambar, kartu, atau alat bantu belajar yang sesuai dengan kemampuan anak. Selain itu, stimulasi kognitif harus disesuaikan dengan tingkat pemahaman anak tunagrahita. Orang tua juga perlu memilih buku dan permainan edukatif yang sesuai dengan tingkat perkembangan mereka.

#### 2.1.2.2 Rekreasi (*Recreation*)

Perkembangan sosial menjadi sangat penting pada usia anak-anak, di mana mereka lebih banyak menghabiskan waktu di luar rumah dan bersosialisasi dengan teman sebaya melalui aktivitas bermain. Orang tua perlu memperhatikan kegiatan rekreasi yang sesuai dengan kebutuhan dan minat anak tunagrahita. Hal ini bisa melibatkan aktivitas yang lebih sederhana dan mudah dipahami, tetapi masih mengandung unsur sosialisasi dan pengembangan keterampilan interpersonal. Selain itu, melakukan permainan sederhana yang mempromosikan interaksi sosial dan aktivitas fisik yang sesuai dengan kemampuan anak merupakan langkah penting dalam mendukung perkembangan mereka.

#### 2.1.2.3 Disiplin (*Discipline*)

Orang tua memiliki tanggung jawab untuk mengajarkan disiplin pada anak-anak mereka. Pada tahap perkembangan anak-anak, disiplin menjadi salah satu aspek penting dalam diskusi mengenai *parenting*. Pembelajaran disiplin harus dilakukan dengan pendekatan yang sensitif dan inklusif terhadap kebutuhan anak tunagrahita. Hal ini melibatkan pembimbingan dan pengawasan yang memperhitungkan tingkat pemahaman dan keterbatasan anak. Selain itu, memberikan kesempatan bagi anak tunagrahita untuk terlibat dalam proses pembuatan keputusan dengan memperhatikan kemampuan mereka dan memberikan pilihan yang sesuai.

#### 2.1.2.4 *Nurturance* (Pemberian Dukungan Emosional)

Domain *nurturance* membahas tentang tanggung jawab orang tua dalam memberikan dukungan emosional dan mendukung perkembangan emosional

anak. Peran orang tua dalam merawat anak tidak hanya mencakup aspek pemeliharaan, perlindungan, dan bimbingan, tetapi juga melibatkan proses pembinaan kesejahteraan emosional dan memberikan kesempatan bagi anak untuk mengembangkan keterampilan dan identitas mereka (Comelan & Karraker, 2000). Kesehatan (*Health*). Dalam konteks anak tunagrahita, orang tua perlu memberikan dukungan emosional secara khusus, mengakui tantangan, dan kemampuan anak tunagrahita. Hal ini dapat dilakukan dengan melibatkan diri, memberikan waktu dan perhatian ekstra, membangun kepercayaan diri, dan memperkuat hubungan emosional yang positif, serta mendengarkan dan merespons kebutuhan emosional anak tunagrahita dengan penuh pengertian dan kesabaran.

#### 2.1.2.5 Kesehatan

Aspek kesehatan dapat diajarkan sejak masa kanak-kanak dan remaja. Anak-anak perlu memahami pola makan yang sehat dan mengembangkan keterampilan manajemen diri untuk menghindari penyalahgunaan zat, perilaku kenakalan, kekerasan, dan risiko penyakit menular seksual. Lebih lanjut, aspek kesehatan fisik dan mental anak tunagrahita perlu diperhatikan dengan cermat. Orang tua harus memastikan bahwa mereka memiliki akses ke layanan kesehatan yang memadai dan bahwa kebutuhan kesehatan mereka dipenuhi. Mendidik anak tunagrahita tentang pentingnya pola makan sehat, kebersihan pribadi, dan keselamatan adalah bagian penting dari tanggung jawab orang tua dalam memastikan kesejahteraan mereka.

#### 2.1.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Parenting Self-Efficacy*

Berbagai faktor dapat memengaruhi *parenting self-efficacy*, termasuk pengalaman masa kecil, budaya dan komunitas, kesiapan kognitif, pengalaman dengan anak, dukungan sosial, status pernikahan, dan karakteristik anak. Menurut Salonen (2009), faktor-faktor tersebut melibatkan usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, dukungan, paritas (jumlah anak yang dimiliki), dan status kesehatan anak. Selanjutnya, berbagai faktor yang mempengaruhi *parenting self-efficacy* dijelaskan sebagai berikut (Listiyansih & Nirmasari, 2020).

### 2.1.3.1 Pengalaman Diri Masa Kecil

*Parenting self-efficacy* dapat timbul sebagai hasil dari pengalaman orang tua selama masa anak-anak di keluarga mereka. Konsep dasarnya adalah bahwa orang tua membawa representasi internal dari ikatan, yang terbentuk melalui pengalaman mereka pada masa kanak-kanak. Lebih lanjut, gambaran kelekatan yang terbentuk dari pengalaman masa kecil dengan keluarga mereka menciptakan kestabilan pikiran dan emosi yang dirasakan oleh orang tua, yang pada gilirannya dapat memengaruhi proses pengasuhan yang mereka terapkan saat ini. Pengalaman positif selama masa kecil dengan pola pengasuhan yang baik dapat memberikan peluang untuk munculnya *parenting self-efficacy* melalui proses pembelajaran (Ulya, 2020).

Beberapa hubungan yang mungkin terjadi antara pengalaman diri masa kecil dan *parenting self-efficacy*, yaitu model peran orang tua atau figur pengasuhan dapat menjadi model peran yang kuat untuk seseorang ketika mereka sendiri menjadi orang tua. Seseorang yang memiliki pengalaman positif dapat merasa lebih percaya diri dan kompeten dalam mengambil peran orang tua. Seperti yang kita ketahui, anak memiliki kemampuan meniru yang luar biasa. Mereka cenderung mengikuti segala tingkah laku dari orang tua, yang merupakan figur terdekat bagi mereka. Oleh karena itu, tidak mengherankan jika terkadang cara berbicara, kata-kata yang diucapkan, ekspresi emosional, dan perilaku anak mirip dengan orang tua mereka (Setyorini & Kurnaedi, 2018).

Pengalaman pendidikan dan dukungan yang diterima selama masa kecil juga dapat mempengaruhi pengetahuan dan keterampilan seseorang terkait dengan aspek-aspek *parenting*. Lebih lanjut, pemahaman orang tua sebagai titik intervensi yang krusial dilakukan karena pengetahuan mereka terkait dengan perkembangan anak berpengaruh pada praktik dan perilaku orang tua tersebut. Sebagai contoh, ibu yang memiliki pemahaman yang mendalam mengenai perkembangan anak cenderung berinteraksi secara lebih positif dengan anaknya jika dibandingkan dengan ibu yang memiliki pengetahuan yang lebih terbatas. Orang tua yang

memahami tahapan perkembangan anak juga cenderung memiliki ekspektasi yang sesuai dengan usia anak mereka, yang kemudian berdampak pada penggunaan disiplin yang tepat serta sifat dan kualitas interaksi antara orang tua dan anak (Breiner, M, & VL, 2016).

Selanjutnya, pengalaman traumatis atau negatif selama masa kecil, seperti pelecehan atau pengabaian, dapat memengaruhi keyakinan diri seseorang dalam peran orang tua. Individu yang mengalami trauma mungkin mengalami kesulitan dalam mempercayai kemampuan mereka sendiri sebagai orang tua. Sejalan dengan hal tersebut, hasil penelitian menunjukkan bahwa pengalaman traumatis memiliki pengaruh negatif dan signifikan terhadap keterikatan aman, sementara memiliki pengaruh positif terhadap keterikatan rasa takut dan sibuk. Meskipun demikian, pengalaman traumatis bukanlah prediktor signifikan dalam mengabaikan keterikatan. Dalam model hubungan antara pengalaman traumatis dan dimensi keterikatan, ditemukan bahwa pengalaman traumatis secara signifikan mempengaruhi keterikatan aman dengan dampak negatif, tetapi berpengaruh positif terhadap keterikatan tidak aman (Yılmaz, Arslan, & Arslan, 2022).

#### 2.1.3.2 Budaya dan Komunitas

Budaya dan komunitas memberikan berbagai pesan dan informasi tentang pengasuhan dan perkembangan anak-anak. Melalui informasi tersebut, *parenting self-efficacy* dapat berkembang melalui proses vicarious learning, di mana melihat orang lain melakukan aktivitas tertentu dapat memicu penilaian terhadap kemampuan diri sendiri dalam mengatasi situasi tertentu. Orang tua yang memiliki keyakinan dan perilaku yang sejalan dengan budaya yang ada cenderung lebih percaya diri dan memiliki *parenting self-efficacy* yang tinggi (Ulya, 2020).

#### 2.1.3.3 Kesiapan Kognitif

Tingkat kesiapan kognitif untuk menjadi orang tua juga berdampak pada *parenting self-efficacy*. Studi oleh Leen dan Karraker (dalam Kahar, 2021)

menyatakan bahwa beberapa aspek kesiapan kognitif, seperti fokus pada kebutuhan anak (*child centeredness*) yang kuat dan kecenderungan orang tua untuk memilih gaya pengasuhan yang positif, berkaitan dengan tingkat *parenting self-efficacy*.

#### 2.1.3.4 Pengalaman dengan Anak

Pengalaman orang tua sebelumnya dengan anak-anak merupakan faktor yang mempengaruhi dalam *parenting self-efficacy*. Pengalaman langsung merupakan sumber informasi dalam pembentukan estimasi *efficacy*. Pengalaman langsung orang tua dengan anak-anak berhubungan dengan tingginya level *parenting self-efficacy*. Orang tua yang memiliki pengalaman lebih banyak dengan anak-anak, baik anak orang lain maupun anak sendiri memiliki level *parenting self-efficacy* yang tinggi (Ulya, 2020).

#### 2.1.3.5 Dukungan Sosial

Coleman & Karraker (dalam Badriyah, 2020) mencatat bahwa tingkat *parenting self-efficacy* (PSE) yang tinggi seringkali ditemukan pada ibu yang memiliki dukungan sosial yang baik dan menjalani kehidupan pernikahan yang memadai.

Lebih lanjut, dukungan sosial keluarga merupakan faktor eksternal yang memengaruhi tingkat stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak dengan retardasi mental. Dukungan sosial keluarga mencakup sikap, tindakan, dan penerimaan keluarga terhadap anggota keluarga yang mengalami kesulitan. Dalam hal ini, dukungan sosial keluarga berperan sebagai salah satu fungsi keluarga yang membantu mengurangi stres pengasuhan yang dialami oleh ibu. Anggota keluarga yang memberikan dukungan sosial meliputi pasangan (suami), anak-anak, dan kerabat. Dukungan sosial dari pasangan, khususnya suami, diidentifikasi sebagai prediktor utama kualitas orang tua, baik dalam kelompok anak-anak dengan atau tanpa cacat. Dukungan sosial yang positif dari keluarga dapat menciptakan lingkungan yang mendukung, memberikan rasa nyaman pada ibu, dan membantu

ibu dalam mengelola rumah tangga serta merawat anak dengan lebih baik (Yuliana, 2017).

#### 2.1.3.6 Status Pernikahan

Kualitas hubungan pernikahan memiliki dampak signifikan terhadap kesejahteraan emosional orang tua. Dalam hubungan pernikahan yang berkualitas, pasangan cenderung saling memberi dukungan, memberi saran, dan berbagi peran dalam pengasuhan anak. Hal ini menciptakan lingkungan yang harmonis dan saling mendukung, yang pada gilirannya berkontribusi positif terhadap kesejahteraan emosional orang tua. Dalam konteks pengasuhan, komunikasi yang terbuka dan kolaboratif antara pasangan dapat membantu mereka bersama-sama mengatasi tantangan dalam merawat anak, menciptakan pola pengasuhan yang konsisten, dan membangun kepercayaan satu sama lain. Sebaliknya, konflik atau ketidakharmonisan dalam hubungan pernikahan dapat meningkatkan stres dan berpotensi memberikan dampak negatif pada kesejahteraan emosional orang tua (Yuliana, 2017).

#### 2.1.3.7 Karakteristik Anak

Karakteristik anak, seperti usia dan masalah perilaku, memainkan peran penting dalam memengaruhi *parenting self-efficacy*. Penelitian yang dilakukan oleh Day, Factor, dan Szkiba menemukan bahwa orang tua yang memiliki *parenting self-efficacy* rendah memiliki korelasi dengan tingginya masalah perilaku pada anak-anak di usia sekolah dasar. Selain itu, keterampilan sosial anak juga memiliki dampak pada *parenting self-efficacy*. Hasil penelitian Coleman dan Karraker (2000) menunjukkan bahwa ibu yang memiliki *parenting self-efficacy* tinggi cenderung memiliki anak dengan keterampilan sosial yang baik.

#### 2.1.4 Peranan *Parenting Self-Efficacy*

Berapa penelitian menunjukkan bahwa *Parenting self-efficacy* merupakan praktik dalam *performal parenting* yang positif bagi orang tua. *Parenting self-efficacy*

yang tinggi akan menampilkan perilaku *parenting* yang positif dengan membangun lingkungan pengasuh yang sehat dan menyenangkan. Orang tua lebih banyak terlibat secara penuh dengan menjalankan peran sebagai orang tua dalam menjalankan proses *parenting* yang kompleks, dan memerlukan komitmen dari orang tua untuk dapat bertahan, serta mampu mengatasi kendala secara efektif. Dengan demikian *Parenting self-efficacy* sangat berperan dalam praktik *parenting* anak, khususnya dalam menjawab tantangan seperti *parenting* pada anak kebutuhan khusus. *Parenting self-efficacy* merupakan *parenting* orang tua terhadap pengasuhan anak. *self-efficacy* yang rendah menganggap kesulitan anak sebagai ancaman yang melebihi kemampuan mereka untuk mengatasi. Sementara itu orang tua dengan memiliki *self-efficacy* yang tinggi menara kesulitan anak sebagai sebuah tantangan yang membutuhkan usaha yang lebih besar dan usaha kreatif untuk mengatasinya (Kahar, 2021).

#### 2.1.5 *Parenting Self-Efficacy* Orang Tua yang Memiliki Anak dengan Tunagrahita.

Kelemahan dalam bahasa dan komunikasi pada anak dengan tunagrahita membuat orang tua kesulitan dalam berinteraksi dengan anak tunagrahita. Orang tua harus berusaha lebih keras dalam berinteraksi dengan anak tuna gaita yang kurang responsif dibandingkan dengan anak normal lainnya. Orang tua juga sering kali menghadapi pengasuh jangka panjang karena beberapa anak tidak mampu dalam merawat dirinya sendiri akibat keterbatasan mereka secara fisik atau mental. Hal tersebut menunjukkan bahwa anak tuna kereta membutuhkan pendamping dari orang lain dan membutuhkan waktu yang lebih lama untuk mempelajari keterampilan-keterampilan dalam hidupnya. Sehingga orang tua harus memiliki kemampuan keras untuk selalu mendampingi dan mengajarkan keterampilan-keterampilan pada anaknya yang mengalami tunagrahita untuk terlibat dalam kegiatan anak peran *self-efficacy* orang tua sangat besar. Lebih lanjut, orang tua dengan *self-efficacy* yang tinggi cenderung terlibat secara aktif dalam pendidikan anak. Sebaliknya orang tua dengan *self-efficacy* yang rendah diasosiasikan dengan keterlibatan orang tua yang rendah (Pasyola, Abdullah, & Puspasari, 2021).

Kesulitan yang dihadapi oleh orang tua dalam mengasuh anak tunagrahita, yaitu terjadi kebingungan ketika anak mereka tidak berkembang sebagaimana mestinya. Orang tua juga merasa kesulitan mencari informasi tentang kondisi anaknya yang mencari tempat terapi untuk anaknya dan juga kesulitan membagi perhatian antara anak dan pasangannya. Keterbatasan yang dimiliki anak membuat orang tua mengalami kesulitan dalam mengolah emosi negatif yang dirasakan oleh orang tua saat mengasuh anak. Orang tua dapat merasakan malu atas komentar negatif yang diberikan pada anaknya. Hal tersebut membuat orang tua kehilangan kepercayaan diri dan merasa malu untuk pergi ke luar rumah bersama anaknya. Orang tua merasa bahwa hari-hari yang dilalui dalam mengasuh anak merupakan hambanya sangat berat dan kadang merasa tidak bersedia menerima anaknya, serta ingin mengabaikannya. Hal ini menunjukkan bahwa orang tua memiliki dan mengalami lebih banyak tuntutan dan stress. Mereka cenderung memiliki tingkat *parenting self efficacy* yang rendah. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa interaksi orang tua anak dan *parenting* yang penuh tantangan dapat mempengaruhi *parenting self-efficacy* (Pasyola, Abdullah, & Puspasari, 2021).

Lebih lanjut, untuk menjalani tugas-tugas sebagai orang tua dengan efektif, ibu harus memiliki keyakinan yang kuat terhadap kemampuan mereka dalam melakukan *parenting*. Selain itu, *Self-efficacy* memainkan peran penting ketika orang tua dihadapkan pada kondisi yang penuh stres saat mengasuh anak. Penjelasan tambahan ketika dihadapkan pada situasi yang dapat memicu stres, individu dengan *self-efficacy* yang rendah cenderung lebih mudah menyerah (Kahar, 2021).

#### 2.1.6 Alat Ukur *Parenting Self-Efficacy*

Alat ukur *parenting self-efficacy* merupakan instrumen yang digunakan untuk mengevaluasi tingkat kepercayaan diri seseorang dalam kemampuannya sebagai orang tua dalam menjalankan perannya (mengasuh anak) dan menjadi konsep penting dalam bidang psikologi perkembangan dan kesejahteraan keluarga. Biasanya, alat ukur ini terdiri dari beberapa pertanyaan atau pernyataan yang

dirancang untuk mengukur keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam berbagai aspek menjadi orang tua, seperti disiplin anak, komunikasi dengan anak, penyelesaian konflik, pengajaran nilai-nilai kepada anak, dan hal-hal lain yang relevan dengan peran orang tua. Ada beberapa jenis alat ukur *parenting self-efficacy* yang telah dikembangkan oleh para peneliti dalam bidang psikologi perkembangan dan kesejahteraan keluarga, salah satunya adalah *Self-efficacy for Parenting Index* yang dikembangkan oleh *Colema & karraker* (Yusianti, peran *parenting self-efficacy* terhadap parenting stress ibu dari anak dengan gangguan spectrum autism (GSA) usia 5-12 tahun, 2023).

SEPTI atau *Self-efficacy for Parenting Indeks* adalah alat ukur yang spesifik dirancang untuk mengukur tingkat *self-efficacy* dalam konteks menjadi orang tua. Hal ini membantu mengevaluasi keyakinan seseorang dalam mengatasi tugas-tugas dan tantangan yang terkait dengan peran orang tua, seperti mendidik anak-anak, memecahkan masalah, membangun hubungan yang positif, dan menghadapi situasi sulit dengan anak-anak. Alat ukur ini terdiri dari serangkaian pernyataan yang menilai keyakinan orang tua dalam berbagai aspek menjadi orang tua. Responden diminta untuk menilai sejauh mana mereka setuju dengan pernyataan-pernyataan tersebut menggunakan skala tertentu, seperti skala *Likert*. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang *self-efficacy parenting*, orang tua dapat lebih efektif dalam membantu anak-anak mereka tumbuh dan berkembang secara positif (Yusianti, peran *parenting self-efficacy* terhadap parenting stress ibu dari anak dengan gangguan spectrum autism (GSA) usia 5-12 tahun, 2023).

## **2.2 Tingkat Stres Orang Tua dengan Anak Tunagrahita**

### **2.2.1 Anak Tunagrahita**

Kelahiran anak dengan kondisi tunagrahita dapat menjadi tantangan emosional dan psikologis bagi orang tua. Meskipun keinginan untuk memiliki anak yang dianggap "sempurna" sering kali menjadi harapan, namun kenyataan kehadiran anak dengan tunagrahita dapat sulit diterima. Banyak faktor yang dapat

menyebabkan tunagrahita, baik sebelum, selama, maupun setelah kelahiran, dan tidak selalu dapat dihindari. Oleh karena itu, penting bagi orang tua untuk memahami bahwa tunagrahita bersifat multifaktorial dan bukanlah hasil dari kesalahan atau kegagalan pribadi. Dukungan emosional dan informasi yang tepat diakui sebagai faktor kunci dalam membantu orang tua mengatasi tantangan yang muncul sehubungan dengan kelahiran anak tunagrahita. Selain itu, yang perlu diperhatikan adalah pentingnya melihat individu tunagrahita dengan cermat, melibatkan berbagai aspek adaptasi dan bukan hanya mengukur kecerdasan secara klasik (Ulya, 2020).

Studi kasus yang dilakukan oleh Sari (2017) tentang pendidikan bagi anak tunagrahita di SLB N Purwakarta, diperoleh informasi bahwa anak-anak tunagrahita membutuhkan pendidikan yang sesuai dengan kebutuhan khusus mereka. Hak atas pendidikan inklusif dan berkualitas bagi anak penyandang disabilitas, termasuk tunagrahita, telah diakui secara internasional dan nasional. Pendidikan yang tepat dan dukungan dari sekolah dan keluarga sangat penting untuk membantu anak-anak ini berkembang dan memiliki masa depan yang cerah. Dengan kata lain, pendidikan bagi anak tunagrahita memerlukan perhatian khusus dan modifikasi kurikulum. Peran sekolah dan orang tua sangat penting dalam mendukung perkembangan dan pembelajaran anak-anak tunagrahita.

Sejalan dengan studi kasus diatas, anak tunagrahita sering menghadapi kesulitan dalam interaksi sosial, penyesuaian diri, dan memiliki keterbatasan dalam ingatan serta komunikasi. Lingkungan belajar yang ideal bagi mereka harus disesuaikan dengan kebutuhan individu, memotivasi, dan tidak membatasi perkembangan. Strategi pembelajaran perlu menekankan latihan intensif dan pengulangan, dengan guru pendidik khusus berperan penting dalam mengevaluasi serta memenuhi kebutuhan mereka. Secara keseluruhan, perhatian khusus dalam pendidikan sangat diperlukan untuk mendukung perkembangan optimal dan meningkatkan kepercayaan diri serta kemampuan sosial anak-anak tunagrahita (Sanusi, Dianasari, Khairiyah, & Chairudin, 2020).

Lebih lanjut, berdasarkan klasifikasi tunagrahita menurut AAMD (*American Association on Mental Deficiency*), terdapat tiga tingkatan, yaitu tunagrahita ringan, tunagrahita sedang, dan tunagrahita berat/sangat berat. Klasifikasi ini memberikan panduan untuk memahami tingkat kecerdasan dan kemampuan adaptasi individu tunagrahita, sehingga dapat merancang pendekatan pendidikan dan perawatan yang sesuai dengan kebutuhan mereka. Adapun klasifikasi tersebut, dijelaskan sebagai berikut (Ulya, 2020).

#### 2.2.1.1 Tunagrahita Ringan (Mampu Didik)

Yaitu IQ berkisar 50–70, memiliki kemampuan untuk berkembang dalam bidang pelajaran akademik, mampu beradaptasi secara sosial, mampu bekerja dan menyesuaikan diri dengan lingkungan yang lebih luas, dapat mandiri dalam masyarakat, dan mampu melakukan pekerjaan semi terampil dan pekerjaan sederhana.

#### 2.2.1.2 Tunagrahita Sedang (Mampu Latih)

Yaitu IQ berkisar 30–50, dapat belajar keterampilan sekolah untuk tujuan fungsional, mampu melakukan keterampilan mengurus dirinya sendiri (*self-help*), mampu beradaptasi secara sosial dalam lingkungan terdekat, mampu mengerjakan pekerjaan rutin yang memerlukan pengawasan.

#### 2.2.1.3 Tunagrahita Berat dan Sangat Berat (Mampu Rawat)

Yaitu IQ kurang dari 30, hampir tidak memiliki kemampuan untuk dilatih mengurus diri sendiri, beberapa masih mampu dilatih untuk mengurus diri sendiri, berkomunikasi secara sederhana, dan menyesuaikan diri dengan lingkungan yang sangat terbatas.

Adapun dampak yang dapat ditimbulkan pada anak tunagrahita ada 4, yaitu tahap pertama akan diketahui kelainan atau ketunaan pada salah satu organnya atau lebih dalam hal ini akan berkurang dalam kemampuannya untuk memfungsikan secara maksimum organ atau instrumen anggota tubuh yang akan mengalami

kelainan. Pada tahap 2 alat motorik dan sensorik yang tidak berfungsi akan berdampak pada anak tunagrahita yang melakukan eksplorasi sehingga akan mengalami keterlambatan dalam melakukan aktivitas. Pada tahap 3 anak tunagrahita akan mengalami hambatan pada saat melakukan aktivitas dan akan menimbulkan rekreasi emosional akibat ketidakberdayaannya. Tahap 4 reaksi emosional yang timbul terus menumpuk dan intensitasnya semakin meningkat maka reaksi emosional yang muncul tidak akan menguntungkan bagi perkembangan kepribadiannya (Larasati, Qodariah, & Joefiani, 2021).

### 2.2.2 Stres Orang Tua dalam Mengasuh Anak Tunagrahita

Stres adalah suatu keadaan yang dihasilkan oleh perubahan lingkungan yang diterima sebagai suatu hal yang menantang, mengancam atau merusak keseimbangan kehidupan seseorang. Sering kali stres di definisikan dengan hanya melihat dari stimulus atau respon yang dialami seseorang (Lazarus & Folkman, dalam Harahap, 2015). Sedangkan stress orang tua dalam pengasuhan merupakan kecemasan dan ketegangan psikologis orang tua yang melampaui batas yang mempengaruhi peran orang tua dan interaksi antara orang tua dengan anak (Fitriani, 2023).

Stress pada orang tua disebabkan oleh ketidakmampuan anak dalam melakukan Aktivitas sehari-hari membuat orang tua selalu membantu dan mendampingi anak. Hal itu tentu menimbulkan kelelahan fisik. Sedangkan psikis yang dirasakan orang tua berkaitan dengan proses penerimaan mulai dari rasa kaget, kecewa dan rasa bersalah pada anak, serta tidak ada dukungan keluarga. Ditambah lagi dengan beban sosial dimana respon negatif dari masyarakat membuat orang tua malu dan menarik diri dari kehidupan social (Ekantari, 2010).

Stres pengasuhan atau *parenting stress* merupakan kondisi atau perasaan yang dialami saat orang tua memahami bahwa tuntutan terkait dengan *parenting* melebihi sumber pribadi dan sosial yang tersedia untuk memenuhi tuntutan tersebut. Stres pengasuhan juga didefinisikan sebagai serangkaian proses yang membawa pada kondisi psikologis yang tidak disukai dan reaksi psikologis yang

muncul dalam upaya beradaptasi dengan tuntutan peran sebagai peran orang tua. Dengan kata lain, stres pengasuhan merupakan kondisi psikologis yang melebihi kapasitas sumber pribadi pada orang tua dalam upaya beradaptasi dengan tuntutan peran (Yuliana, 2017).

Stres pengasuhan dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu kondisi keterbatasan kemampuan anak, faktor eksternal (demografi), dan faktor internal anak dan orang tua. Anak retardasi mental memiliki keterbatasan kemampuan seperti tingkat kecerdasan (IQ) yang rendah, daya ingat lemah, tidak dapat mengurus diri sendiri, perkembangan bahasa dan bicara yang lambat, mobilisasi yang kurang. Faktor eksternal stres pengasuhan dapat digambarkan melalui karakteristik demografi yaitu salah satunya dukungan sosial. Faktor internal stres pengasuhan pada ibu dapat digambarkan dari arakteristik kepribadian ibu yaitu *self efficacy* (Rahmawati, 2017).

Lebih lanjut, stres pengasuhan menjadi salah satu penyebab kekerasan pada anak. Laporan kasus menurut Sistem Informasi Online Perlindungan Perempuan dan Anak (SIMFONI) Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Anak serta Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) selalu meningkat.<sup>18,19</sup> Data “*Global Report 2017 : Ending Violence in Childhood*” mencatat 73,7% anak Indonesia berusia 1-14 tahun mengalami kekerasan fisik dan agresi psikologis di rumah sebagai upaya pendisiplinan (Junanah, 2019).

### 2.2.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Tingkat Stres Orang Tua dalam Mengasuh Anak Tunagrahita

Stres pengasuhan dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yang terdiri dari karakteristik anak, karakteristik orang tua, dan karakteristik demografi sebagai berikut (Yuliana, 2017).

### 2.2.3.1 Karakteristik Anak Tunagrahita

Karakteristik anak mencakup sifat-sifat atau kondisi-kondisi khusus yang dimilikinya yang dapat memengaruhi pengalaman orang tua dalam mengasuh mereka. Hal ini meliputi sebagai berikut (Asiyadi & Jannah, 2021).

#### 2.2.3.1.1 Sikap anak

Yaitu bagaimana sikap dan perilaku anak terhadap lingkungannya.

#### 2.2.3.1.2 Jenis kelamin

Yaitu tentang perbedaan dalam kebutuhan dan respons anak laki-laki dan perempuan.

#### 2.2.3.1.3 Usia

Yaitu tentang tahap perkembangan anak yang memengaruhi cara orang tua mengasuh mereka.

#### 2.2.3.1.4 Kemampuan anak

Yaitu tingkat kemampuan fisik, kognitif, dan sosial anak.

Lebih lanjut, anak tunagrahita memiliki karakteristik yang mencakup keterlambatan dalam proses belajar, kesulitan memecahkan masalah kompleks, dan ingatan jangka pendek yang kurang baik. Mereka sering mengalami keterlambatan perkembangan bahasa, kesulitan berkomunikasi, dan interaksi sosial yang kurang responsif. Emosional mereka bisa tidak stabil dan mungkin menunjukkan perilaku yang tidak sesuai. Keterampilan motorik kasar dan halus mereka biasanya tertunda, memerlukan bantuan dalam aktivitas sehari-hari, dan memiliki kesulitan dalam membuat keputusan. Prestasi akademik mereka sering di bawah rata-rata dan mungkin memerlukan pendidikan khusus. Mereka juga bisa menunjukkan perilaku berulang dan kontrol diri yang kurang baik, serta mungkin memiliki kondisi medis terkait. Pendekatan untuk membantu anak tunagrahita meliputi pendidikan khusus, terapi, dukungan emosional dan sosial, serta pelatihan keterampilan hidup untuk meningkatkan kemandirian (Noor, 2021).

### 2.2.3.2 Karakteristik Orang Tua dalam Mengasuh Anak Tunagrahita

Karakteristik orang tua yang mengasuh anak tunagrahita mencakup beragam faktor yang dapat memengaruhi tingkat stres dalam mengasuh anak. Kepribadian orang tua, seperti tingkat kesabaran, empati, dan kemampuan untuk beradaptasi dengan kebutuhan khusus anak, menjadi faktor penting yang memengaruhi interaksi mereka dengan anak. Sejarah perkembangan pribadi orang tua juga turut berperan, karena pengalaman masa lalu mereka dapat memengaruhi pola pengasuhan dan kesiapan dalam menghadapi tantangan yang muncul. Keyakinan dan nilai-nilai tentang pengasuhan, seperti pemahaman akan pentingnya memberikan dukungan dan penghargaan terhadap kemajuan anak, juga memainkan peran penting dalam membentuk pendekatan orang tua terhadap anak tunagrahita. Selain itu, pengetahuan orang tua tentang cara-cara mengasuh anak, terutama yang berkaitan dengan kebutuhan khusus anak tunagrahita, juga memengaruhi tingkat kepercayaan diri mereka dalam menjalankan peran sebagai orang tua.

### 2.2.3.3 Karakteristik Demografi

Karakteristik demografi mencakup faktor-faktor demografis yang melibatkan latar belakang sosial, ekonomi, dan budaya keluarga. Hal ini meliputi:

#### 2.2.3.3.1 Faktor sosial-budaya

Tentang norma-norma budaya dan sosial yang memengaruhi cara orang tua mengasuh anak.

#### 2.2.3.3.2 Status ekonomi

Merupakan kondisi keuangan keluarga yang memengaruhi akses terhadap sumber daya untuk pengasuhan.

#### 2.2.3.3.3 Struktur keluarga

Yaitu komposisi keluarga yang memengaruhi pembagian tugas dan tanggung jawab dalam pengasuhan.

#### 2.2.3.3.4 Dukungan keluarga

Yaitu tingkat dukungan dan jaringan sosial yang dimiliki keluarga.

#### 2.2.3.3.5 Hubungan pernikahan

Yaitu kualitas hubungan antara orang tua yang dapat memengaruhi dukungan dan kerja sama dalam mengasuh anak.

Dengan memahami dan mengidentifikasi faktor-faktor ini, membantu orang tua dapat meningkatkan kesadaran diri, menyesuaikan strategi pengasuhan, mengelola stres lebih baik, meningkatkan kesejahteraan keluarga, dan mencegah masalah kesehatan mental.

#### 2.2.4 Tanda dan Gejala Stres Orang Tua dalam Mengasuh Anak Tunagrahita

Mengasuh anak tunagrahita bisa menjadi pengalaman yang memuaskan tetapi juga menantang bagi orang tua. Stres yang dialami oleh orang tua dalam mengasuh anak tunagrahita bisa sangat kompleks, dengan tanda dan gejala yang meliputi fisik, psikologis, dan sikap. Kelelahan fisik sering kali muncul karena tuntutan fisik yang meningkat dalam memberikan perhatian ekstra kepada anak. Selain itu, sakit kepala sering kali dirasakan sebagai beban tambahan, mungkin disebabkan oleh tekanan dan kekhawatiran terkait dengan kebutuhan anak. Gangguan tidur juga menjadi masalah umum, karena stres dan kekhawatiran yang terus-menerus mengenai kesejahteraan anak dapat mengganggu pola tidur. Selain itu, gangguan pencernaan seperti perut kembung atau sakit perut sering kali muncul sebagai respons langsung terhadap tingkat stres yang dialami oleh para pengasuh. Secara psikologis, kecemasan sering kali muncul, yang ditandai dengan perasaan cemas atau khawatir tentang masa depan dan kesejahteraan anak. Selain

itu, orang tua juga dapat merasakan perasaan putus asa, ketika mereka merasa tidak tahu lagi harus berbuat apa dalam menghadapi tantangan yang muncul dalam merawat anak tunagrahita. Stigma sosial juga merupakan masalah serius, di mana pengasuh bisa merasa terisolasi atau dihakimi oleh masyarakat karena memiliki anak dengan kebutuhan khusus. Gejala depresi juga dapat muncul, ditandai dengan perasaan sedih atau putus asa yang berkepanjangan (Fatimah, 2020).

Lebih lanjut, terkait dengan tanda dan gejala sikap atau perilaku orang tua anak tunagrahita sering mengalami tantangan yang memengaruhi interaksi sosial dan keseimbangan hidup mereka. Penarikan diri sosial sering terjadi, di mana orang tua cenderung menghindari interaksi sosial karena merasa tidak mampu atau karena kesulitan dalam menjaga anak di lingkungan sosial. Perubahan *mood* juga sering terjadi, ditandai dengan mudah tersinggung, mudah marah, atau kurang kesabaran terhadap anak. Prokrastinasi dalam mencari solusi menjadi masalah lain, di mana orang tua mengalami kesulitan dalam mencari bantuan atau solusi untuk mengatasi masalah yang dihadapi dalam mengasuh anak tunagrahita. Selain itu, menjaga keseimbangan hidup juga menjadi tantangan, karena sulit untuk menjaga keseimbangan antara merawat anak tunagrahita dengan memenuhi kebutuhan pribadi dan profesional (Fatimah, 2020).

#### 2.2.5 Tingkat Stres Orang Tua dalam Mengasuh Anak Tunagrahita

Klasifikasi tingkat stres yang dialami oleh orang tua dapat dibagi menjadi tiga tingkatan, antara lain sebagai berikut (Wulandari, 2017).

##### 2.2.5.1 Stres Ringan

Stres pada tingkat ringan tidak mengganggu aspek fisik seseorang. Biasanya, stres ringan dirasakan oleh semua orang, seperti lupa, tertidur, kritikan, dan kemacetan.

#### 2.2.5.2 Stres Sedang

Stres pada tingkat sedang berlangsung dalam rentang waktu yang lebih lama, dari beberapa jam hingga beberapa hari. Respons terhadap tingkat stres ini meliputi gangguan pada lambung dan usus seperti maag, gangguan buang air besar, ketegangan otot, gangguan tidur, perubahan siklus menstruasi, serta penurunan daya konsentrasi dan ingatan. Contoh stresor yang dapat menyebabkan stres sedang meliputi kesepakatan yang tertunda, beban kerja yang berlebihan, harapan akan pekerjaan baru, dan perpisahan dengan anggota keluarga dalam waktu yang lama.

#### 2.2.5.3 Stres Berat

Stres berat adalah jenis stres kronis yang berlangsung dalam jangka waktu beberapa minggu hingga beberapa tahun. Respons terhadap tingkat stres ini meliputi gangguan pencernaan yang parah, peningkatan detak jantung, kesulitan bernapas, tremor, peningkatan perasaan cemas dan takut, serta kecenderungan untuk mudah bingung dan panik. Contoh stresor yang dapat menyebabkan stres berat termasuk konflik dalam keluarga, kesulitan keuangan, dan penyakit fisik yang kronis.

#### 2.2.6 Dampak Stres Orang Tua dalam Mengasuh Anak Tunagrahita

Cara orang tua membesarkan anak mereka memengaruhi bagaimana anak-anak tersebut berkembang secara sosial, emosional, dan akademik. Tekanan yang dirasakan dalam pengasuhan terkait dengan aspek negatif dari peran dan fungsi orang tua di dalam keluarga, baik dalam keluarga dengan anak yang memiliki kecacatan maupun yang tidak. Ketika persepsi terhadap stres yang terkait dengan anak dan pengasuhan meningkat, ini dapat berdampak negatif pada perkembangan anak. Dengan kata lain, orang tua yang mengalami tingkat stres yang tinggi cenderung menilai negatif peran pengasuhan mereka. Tingkat stres yang tinggi ini juga sering kali menyebabkan peningkatan masalah perilaku pada anak-anak. Anak-anak dari orang tua yang mengalami stres dalam mengasuh mereka dapat

mengalami dampak negatif secara sosial, emosional, perilaku, dan perkembangan, karena stres tersebut memengaruhi persepsi orang tua terhadap perilaku anak-anak mereka (Walker, 2000 dalam Ramadhany, 2016).

#### 2.2.7 Alat Ukur Stres Orang Tua dalam Mengasuh Anak Tunagrahita

Beberapa alat ukur stres yang telah dikembangkan oleh para ilmuwan di antaranya adalah sebagai berikut (Fatimah, 2020).

##### 2.2.7.1 *Perceived stress scale*

Disusun oleh *Cohen, Kamarck* dan *Mermelstein* pada tahun 1983. Instrumen ini membahas pengukuran global untuk mengetahui perasaan tertekan pada individu di dalam kehidupannya. Kelebihan instrumen ini adalah dapat mengetahui sumber stres yang ada dalam kehidupannya dan sumber *koping* saat mengalami stres.

##### 2.2.7.2 *Family inventory of live events and changes*

Disusun oleh *Mc Cubbin* dan *Patterson* pada tahun 1983. Instrumen ini disusun untuk mengetahui kejadian dan perubahan yang dijadikan sebagai 22 sumber stres dalam keluarga.

##### 2.2.7.3 *Parent satisfaction scale*

Disusun oleh *Guidubaldi* dan *Cleminshaw* pada tahun 1985. Instrumen ini mengukur tingkat kepuasan orang tua dalam *parenting*.

##### 2.2.7.4 *The parental stress scale*

Dikembangkan oleh *Berry* dan *Jones* pada tahun 1995. *The parental stress scale* ini mengukur emosi dan tingkat kepuasan orang tua dalam *parenting*.

#### 2.2.7.5 *Parenting stress index* (PSI)

Dikembangkan oleh Abidin pada tahun 1983. *Parenting stress index* adalah salah satu alat ukur yang memiliki banyak item sejumlah 120 dan dalam asesmen membutuhkan waktu yang lama. Kemudian Abidin menjadikan *parenting stress index* (PSI) menjadi *parenting stress index short-form* (PSI-SF) yang lebih ringkas.

### 2.3 Hubungan *Parenting Self Efficacy* dengan Tingkat Stres Orang Tua yang Memiliki Anak Tunagrahita

Hasil penelitian Asiyadi (2024) tentang faktor-faktor yang mempengaruhi stres pengasuhan pada orang tua anak berkebutuhan khusus menunjukkan bahwa nilai signifikansi (sig.) sebesar 0,001 lebih kecil dari taraf signifikansi yang ditetapkan yaitu 0,05. Hal ini berarti bahwa hipotesis alternatif ( $H_a$ ) diterima sedangkan hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak. Kesimpulannya, terdapat pengaruh yang signifikan dari dukungan sosial, efikasi diri, dan resiliensi terhadap tingkat stres yang dialami oleh orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Analisis penelitian ini juga menunjukkan bahwa besarnya pengaruh yang ditemukan adalah sebesar 20,7%. Oleh karena itu, penting bagi orang tua untuk memiliki sistem dukungan yang baik, mengelola stres, dan mengembangkan keterampilan dalam merawat anak-anak dengan kebutuhan khusus agar mereka memiliki kekuatan untuk menghadapi tantangan dalam menjalankan peran sebagai orang tua.

Penelitian yang dilakukan oleh Noor (2021) mengenai hubungan antara *parenting self-efficacy* dan *parenting stress* pada ibu yang memiliki anak tunagrahita diperoleh data sebanyak 13 ibu dari 19 ibu, atau sekitar 34.2% mengalami tingkat *parenting self-efficacy* yang rendah dan *parenting stress* yang tinggi. Hal ini mengindikasikan bahwa ibu-ibu tersebut memiliki ketidakpercayaan diri dalam memenuhi tugas-tugas orang tua sesuai dengan pengetahuan yang mereka miliki, dan merasa terbebani oleh tanggung jawab mengasuh anak dengan tunagrahita. Hal ini memberikan gambaran bahwa terdapat korelasi yang signifikan dan kuat antara kedua variabel tersebut. Lebih lanjut, hubungan antara *parenting self-*

*efficacy* dan *parenting stress* pada ibu yang memiliki anak tunagrahita didasarkan pada keyakinan individu dalam kemampuannya untuk menjadi orang tua yang efektif dalam menghadapi tugas-tugas orang tua. Ketika ibu memiliki tingkat *parenting self-efficacy* yang tinggi, mereka cenderung merasa lebih percaya diri dalam mengatasi tantangan dalam merawat anak, termasuk anak dengan kebutuhan khusus seperti tunagrahita. Namun, ketidakmampuan untuk memenuhi tugas-tugas orang tua sesuai harapan, ditambah dengan beban tanggung jawab yang besar dalam merawat anak dengan kebutuhan khusus, dapat meningkatkan tingkat stres ibu. Sehingga, hubungan antara kedua variabel tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *parenting self-efficacy* yang dimiliki oleh ibu, semakin rendah tingkat *parenting stress* yang mereka alami, begitu juga sebaliknya.

Penelitian yang dilakukan oleh Yusianti (2023) mengenai peran *parenting self-efficacy* terhadap *parenting stress* ibu yang memiliki anak dengan gangguan spektrum autisme (GSA) usia 5-12 tahun menghasilkan nilai koefisien korelasi antara variabel *parenting self-efficacy* dengan *parenting stress* sebesar 0.477, dan nilai  $R^2$  sebesar 0.227. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *parenting self-efficacy* memiliki peran sebesar 22,7% terhadap tingkat *parenting stress* yang dialami oleh ibu yang memiliki anak dengan GSA. Temuan ini juga mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat *parenting self-efficacy* yang dimiliki oleh ibu, semakin rendah tingkat stres yang mereka rasakan dalam mengasuh anak dengan GSA. Lebih lanjut, hubungan antara *parenting self-efficacy* dan *parenting stress* pada ibu yang memiliki anak dengan gangguan spektrum *autisme* (GSA) dapat dijelaskan melalui keyakinan ibu dalam kemampuannya sebagai orang tua dan pengalaman mengasuh anak dengan GSA. Penelitian tersebut menemukan bahwa semakin tinggi *parenting self-efficacy* ibu, semakin rendah tingkat *parenting stress* yang mereka alami. *Parenting self-efficacy* memiliki peran sebesar 22,7% dalam menjelaskan variasi tingkat *parenting stress*. Hal ini menandakan bahwa tingkat keyakinan diri ibu dalam

mengatasi tantangan merawat anak dengan GSA dapat mengurangi stres yang mereka alami dalam proses pengasuhan.

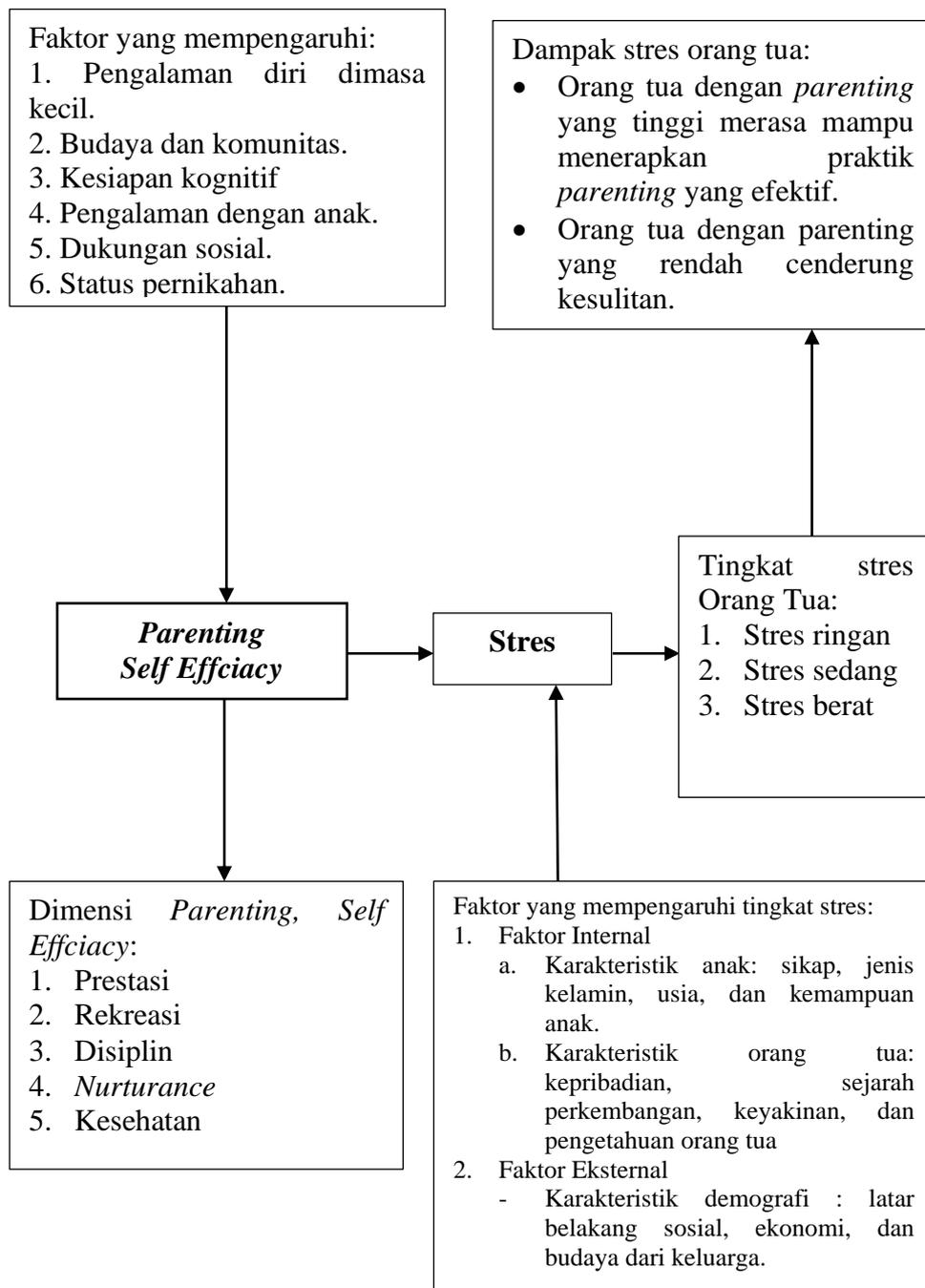
Penelitian yang dilakukan oleh Nasirah (2021) mengenai hubungan antara *parenting stress* dan *parenting self-efficacy* pada ibu yang memiliki anak usia prasekolah di keluarga miskin dapat dijelaskan oleh dinamika yang kompleks antara stres yang dirasakan dalam menjalankan peran sebagai orang tua dan keyakinan individu dalam kemampuannya untuk menghadapi tugas-tugas orang tua. Penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kedua variabel tersebut, dengan nilai signifikansi yang rendah ( $p < 0,05$ ), menandakan adanya korelasi yang kuat antara *parenting stress* dan *parenting self-efficacy*. Nilai koefisien korelasi yang negatif (-0,983) menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel tersebut berjalan ke arah yang berlawanan, di mana semakin tinggi tingkat *parenting stress* yang dialami oleh ibu, semakin rendah tingkat *parenting self-efficacy* yang dimilikinya, dan sebaliknya. Hal ini mengindikasikan bahwa ketika ibu mengalami tingkat stres yang tinggi dalam mengasuh anak prasekolah di keluarga miskin, mereka cenderung merasa kurang percaya diri dalam kemampuan mereka sebagai orang tua. Sebaliknya, ketika tingkat stres berkurang *parenting self-efficacy* cenderung meningkat dan menunjukkan bahwa persepsi diri ibu tentang kemampuannya dalam mengatasi tugas-tugas orang tua juga menjadi lebih positif. Oleh karena itu, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adanya hubungan yang saling memengaruhi antara *parenting stress* dan *parenting self-efficacy* pada ibu yang memiliki anak usia prasekolah di keluarga miskin.

Penelitian yang dilakukan oleh Afni (2021) membahas tentang keterkaitan antara keyakinan diri dalam berperan sebagai orang tua (*parenting self-efficacy*) dengan tingkat stres dalam berperan sebagai orang tua pada ibu yang memiliki anak dengan Tunagrahita. Penggunaan metode uji korelasi Spearman menghasilkan koefisien korelasi sebesar -0.653, yang menandakan adanya hubungan yang kuat antara kedua variabel tersebut. Angka ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat keyakinan diri dalam berperan sebagai orang tua, maka semakin rendah

tingkat stres yang dialami oleh ibu tersebut dalam menjalankan peran orang tua bagi anak dengan Tunagrahita. Sebaliknya, semakin rendah tingkat keyakinan diri dalam berperan sebagai orang tua, maka semakin tinggi tingkat stres yang dialami oleh ibu tersebut. Hal ini menggambarkan bahwa keyakinan diri ibu dalam kemampuannya sebagai orang tua memengaruhi tingkat stres yang dirasakannya, khususnya dalam konteks mengasuh anak dengan Tunagrahita. Ketika ibu merasa lebih percaya diri dalam kemampuannya untuk mengatasi tantangan dalam merawat anak dengan Tunagrahita, mereka cenderung mengalami tingkat stres yang lebih rendah. Sebaliknya, ketika keyakinan diri ibu rendah, stres yang mereka alami cenderung lebih tinggi. Hal ini menunjukkan adanya keterkaitan antara kedua variabel tersebut dalam konteks pengasuhan anak dengan kebutuhan khusus seperti Tunagrahita.

Dari berbagai jurnal diatas, bahwa faktor-faktor seperti dukungan sosial, efikasi diri dalam berperan sebagai orang tua, dan kondisi spesifik anak serta konteks sosial-ekonomi keluarga memiliki pengaruh signifikan terhadap tingkat stres yang dialami oleh orang tua yang memiliki anak dengan kebutuhan khusus. Korelasi yang kuat terlihat antara *parenting self-efficacy* dan *parenting stress*, di mana semakin tinggi tingkat *parenting self-efficacy*, semakin rendah tingkat parenting stress yang dialami. Pentingnya dukungan sosial yang baik, pengembangan keterampilan pengasuhan, serta pemahaman terhadap kondisi spesifik anak menjadi kunci dalam mengurangi tingkat stres dan meningkatkan kualitas pengasuhan bagi anak-anak dengan kebutuhan khusus. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang faktor-faktor ini, dapat dibangun strategi intervensi yang lebih efektif untuk mendukung orang tua dalam menghadapi tantangan dalam mengasuh anak-anak dengan kebutuhan khusus.

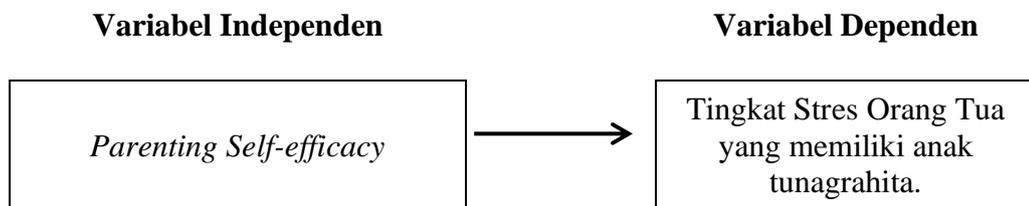
## 2.4 Kerangka Teori



**Gambar 2. 1** Kerangka Teori

**Sumber:** Fitriani (2023), Larasati, et.al. (2021), Listiyaningsih & Nirmasari (2020) Ulya (2020) Kurniawan (2017), Yuliana (2017)

## 2.5 Kerangka Konsep Penelitian



**Gambar 2.2** Kerangka Konsep Penelitian

## 2.6 Hipotesis

Hipotesis adalah pernyataan berupa asumsi yang mencakup hubungan antara dua atau lebih variabel dalam suatu penelitian. Dengan harapan dapat memberikan jawaban terhadap pertanyaan penelitian, hipotesis dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut.

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

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