

## GAMBARAN STRES PENGASUHAN ORANG TUA YANG MEMILIKI ANAK TUNAGRAHITA DI SEKOLAH LUAR BIASA NEGERI 1 DENPASAR

Ni Putu Cintya Wulandari<sup>1</sup>, Kadek Cahya Utami\*<sup>1</sup>, Putu Oka Yuli Nurhesti<sup>1</sup>,  
Luh Mira Puspita<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Sarjana Keperawatan dan Pendidikan Profesi Ners Fakultas Kedokteran Universitas Udayana

\*korespondensi penulis, e-mail: cahyautami@unud.ac.id

### ABSTRAK

Tunagrahita adalah gangguan perilaku dalam menyesuaikan diri dan kemampuan intelektual di bawah rata-rata. Kondisi anak yang tergolong tunagrahita menghadirkan masalah bagi orang tua karena memiliki lebih banyak tugas dan tanggung jawab daripada mengasuh anak tanpa keterbatasan. Masalah pengasuhan jika secara terus-menerus dirasakan dapat menyebabkan stress pengasuhan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran stres pengasuhan orang tua yang memiliki anak tunagrahita di Sekolah Luar Biasa Negeri 1 Denpasar. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan pendekatan *cross sectional*. Responden penelitian ini terdiri dari 43 orang tua dari anak tunagrahita di Sekolah Luar Biasa Negeri 1 Denpasar yang dipilih menggunakan teknik *total sampling*. Hasil penelitian ini menunjukkan sebagian besar orang tua berjenis kelamin perempuan (55,8%), usia 36-45 tahun (55,8%), dan memiliki tingkat pendidikan SMA/SMK (60,5%). Hasil uji statistik menemukan bahwa mayoritas orang tua berada pada stres pengasuhan sedang yaitu sebanyak 28 orang (65,1%). Kesimpulan pada penelitian ini adalah stres pengasuhan yang dirasakan orang tua dari anak tunagrahita di Sekolah Luar Biasa Negeri 1 Denpasar mayoritas mengalami stres pengasuhan sedang.

**Kata kunci:** anak tunagrahita, orang tua, stres pengasuhan

### ABSTRACT

Intellectual disabilities is a disorder of adaptive behavior and intellectual function that is below average. The condition of child with intellectual disabilities causes parents to experience problems in parenting because they have more duties and responsibilities than caring for normal children. Parenting problems experienced by parents if they continues can cause parents to feel parenting stress. The aim of this study was to elucidate the explanation for parenting stress in parents with children with intellectual disabilities in SLB Negeri 1 Denpasar. This study was a descriptive study with a cross-sectional approach. Respondents in this study was 43 parents of children with intellectual disabilities from SLB negeri 1 Denpasar who were selected using a total sampling technique. The result of this study was found the parents are mainly female (55,8%), aged between 36-45 (55,8%), and graduated from high school or vocational school (60,5%). A statistical test showed that most parents had moderate parenting stress, with 28 of them (65,1%). The conclusion of this study is that the parenting stress experienced by parents of children with intellectual disabilities in SLB Negeri 1 Denpasar is mostly moderate parenting stress.

**Keywords:** intellectual disabilities, parenting stress, parents

## PENDAHULUAN

Tunagrahita adalah suatu kondisi dimana anak menghadapi hambatan dalam perkembangan mental dan intelektual sehingga dapat membatasi perilaku adaptif dan fungsi intelektual (Nurul, 2019). Jumlah anak tunagrahita di Indonesia lebih dari 6,6 juta anak serta menempati angka tertinggi dibandingkan jumlah anak berkebutuhan khusus lain (Lutfianawati, Perwitaningrum, & Kurnia, 2019). Anak tunagrahita akan sulit untuk mengurus dirinya sendiri sehingga anak memerlukan bantuan dari orang tuanya (Desiningrum, 2016).

Orang tua dari anak tunagrahita akan mengalami kelelahan karena terdapat tuntutan pengasuhan tambahan, seperti memantau perkembangan anak, mengelola perilaku anak yang membutuhkan kesabaran khusus, dan perencanaan terapi anak secara akademik maupun non akademik (Olianda dan Rizal, 2020). Tuntutan pengasuhan yang dialami orang tua jika terus berlanjut dapat mengakibatkan stres pengasugab jangka panjang (Irdamurni, 2018).

Stres pengasuhan merupakan perasaan negatif yang menimbulkan kecemasan dan ketegangan ketika proses pengasuhan orang tua dengan anak (Amalia, Abidin, & Lubis, 2022). Stres pengasuhan dapat menyebabkan disfungsi pengasuhan anak yang mengarah pada respons orang tua yang tidak sesuai terhadap permasalahan anak (Olianda & Rizal, 2020). Stres pengasuhan dapat disebabkan oleh sejumlah faktor, termasuk kurangnya keterampilan sosial

anak, masalah perilaku dan perhatian emosional (Daulay, 2020).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang melibatkan orang tua dari anak tunagrahita di Sekolah Luar Biasa (SLB) Negeri 1 Denpasar didapatkan data 7 dari 10 orang tua merasakan terdapat beban tambahan ketika mengasuh anak. Orang tua dari tunagrahita melaporkan membesarkan anak memiliki beban tambahan karena anak memerlukan perhatian yang lebih khusus dibandingkan anak yang normal. Orang tua juga merasakan beban pengasuhan karena anak sering melakukan tindakan yang berisiko menciderai diri sendiri.

Stres pengasuhan dapat menyebabkan penurunan kualitas dan efektivitas perilaku pengasuhan, seperti berkurangnya kelekatan antara orang tua dengan anak (Clauser *et al.*, 2021). Anak berkebutuhan khusus ketika ekspresi menunjukkan perilaku bermasalah akan berdampak pada aktivitas sehari-hari keluarga dan kesejahteraan anggota keluarga (Woodgate *et al.*, 2020). Permasalahan perilaku anak berkebutuhan khusus akan menyebabkan isolasi sosial pada seluruh keluarga dan mengarah pada tingkat stres orang tua yang lebih tinggi. Perilaku bermasalah anak berkebutuhan khusus akan meningkatkan stres orang tua dan stres orang tua yang lebih tinggi akan memperburuk masalah perilaku anak (Ghaisani & Hendriani, 2022).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran stres pengasuhan orang tua yang memiliki anak tunagrahita di SLB Negeri 1 Denpasar.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian jenis deskriptif dengan desain *cross sectional* yang dilakukan di SLB Negeri 1 Denpasar pada bulan Maret-April 2023. Populasi penelitian ini yaitu 43 orang tua yang memiliki anak tunagrahita. Responden penelitian dipilih menggunakan *total sampling*. Jumlah sampel pada penelitian ini yaitu 43 orang tua. Kriteria inklusi dalam penelitian ini yaitu orang tua yang bersedia

berpartisipasi dalam penelitian. Kriteria eksklusi untuk penelitian ini adalah orang tua dengan masalah kesehatan mental yang telah didiagnosis secara medis.

Pengumpulan data menggunakan kuesioner *Parental Stress Scale* (PSS) yang diadopsi dari Kumalasari dkk (2022) yang telah diterjemahkan dan diadaptasi dengan 15 item pertanyaan. Validitas dan reliabilitas kuesioner ini telah diuji dengan

jumlah 15 item pertanyaan dan nilai *Cronbach's Alpha* yaitu 0,828. Penelitian ini sudah lulus uji kelayakan etik Komisi Etik Penelitian Fakultas Kedokteran Universitas Udayana/RSUP Sanglah Denpasar dengan Nomor Surat 550/UN14.2.2.VII.14/LT/2023.

### HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian ini mengenai karakteristik responden diantaranya jenis kelamin, usia, dan pendidikan disajikan pada Tabel 1.

**Tabel 1.** Data Demografi Orang Tua yang Memiliki Anak Tunagrahita di SLB Negeri 1 Denpasar pada Maret – April 2023 (n=43)

Variabel	Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Jenis Kelamin	Laki-laki	19	44,2%
	Perempuan	24	55,8%
Usia	26-35 tahun	10	23,3 %
	36-45 tahun	24	55,8%
	46-55 tahun	6	14%
	56-65 tahun	3	7%
Pendidikan	SD	5	11,6%
	SMP	5	11,6%
	SMA/SMK	26	60,5%
	Perguruan tinggi	7	16,3%

Tabel 1. menunjukkan karakteristik dari 43 orang tua yang memiliki anak tunagrahita mayoritas berjenis kelamin perempuan yaitu 55,8%. Mayoritas

responden berusia 36-45 tahun (55,8%). Mayoritas responden berpendidikan SMA/SMK yaitu 60,5%.

**Tabel 2.** Gambaran Tingkat Stres Pengasuhan Orang Tua yang Memiliki Anak Tunagrahita di SLB Negeri 1 Denpasar pada Maret - April 2023 (n=43)

Tingkat Stres Pengasuhan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Rendah	7	16,3%
Sedang	24	55,8%
Tinggi	12	27,9 %

Tabel 2. menunjukkan bahwa sebagian besar orang tua yang memiliki

anak tunagrahita mengalami tingkat stres pengasuhan sedang yaitu 55,8%.

**Tabel 3.** Nilai Rata-Rata Skor Dimensi Stres Pengasuhan Orang Tua yang Memiliki Anak Tunagrahita di SLB Negeri 1 Denpasar pada Maret – April 2023 (n=43)

Dimensi Stres Pengasuhan	Mean
<i>Strain</i>	29,19
<i>Pleasure</i>	22,09

Tabel 3. menunjukkan bahwa mayoritas orang tua dari anak tunagrahita menunjukkan komponen negatif stres

pengasuhan karena rata-rata nilai *strain* lebih tinggi dibandingkan *pleasure* yaitu 29,19.

**Tabel 4.** Gambaran Stres Pengasuhan dengan Pendidikan Orang Tua yang Memiliki Anak Tunagrahita di SLB Negeri 1 Denpasar pada Maret - April 2023 (n=43)

Pendidikan Orang Tua	Kategori Stres			
	Rendah	Sedang	Tinggi	Total
SD	2 (40%)	2 (40%)	1 (20%)	5 (100%)
SMP	2 (40%)	3 (60%)	0	5 (100%)

SMA/SMK	3 (11,5%)	14 (53,8%)	9 (34,6%)	26 (100%)
Perguruan tinggi	0	5 (71,4%)	2 (28,6%)	7 (100%)

Tabel 4. menunjukkan orang tua dengan jenjang pendidikan perguruan tinggi juga mengalami stres pengasuhan tinggi yaitu sebanyak 2 orang (28,6%) dan orang tua dengan jenjang pendidikan SD

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menemukan sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan. Membesarkan anak adalah tanggung jawab terbesar seorang perempuan (ibu) karena terdapat sistem patriarki dimana ibu adalah pengasuh anak dan ayah sebagai pencari nafkah keluarga (Kumalasari dkk., 2020). Responden sebagian besar berusia 35-46 tahun. Menurut Yunus, Wahyuni, dan Hasanah (2022) bertambahnya usia juga meningkatkan potensi pengasuhan anak yang optimal karena pengalaman yang mengajarkan orang tua untuk menjadi lebih baik. Sebagian besar responden dalam penelitian ini berpendidikan SMA/SMK. Penelitian yang dilakukan oleh Sari, Pranaji, dan Yuliati (2017) menemukan bahwa tingkat pendidikan orang tua yang tinggi berdampak pada keterampilan koping yang kuat, memberikan kesempatan kepada ayah untuk mendapatkan pekerjaan yang baik dan meningkatkan kesejahteraan keluarga sehingga dapat mengurangi stres ibu.

Hasil penelitian ini memperlihatkan mayoritas orang tua yang memiliki anak tunagrahita mengalami stres pengasuhan sedang (55,8%). Hasil serupa ditemukan pada penelitian Mamun dan Prameswarie (2018) yaitu orang tua yang memiliki anak tunagrahita mengalami stres tingkat sedang (75%). Stres merupakan suatu keadaan yang sering terjadi diberbagai bidang kehidupan termasuk dalam proses pengasuhan. Merawat anak dengan keterbatasan menyebabkan kesulitan bagi orang tua karena anak tunagrahita memiliki keterbatasan yang signifikan dalam efisiensi mental dan kemampuan beradaptasi (Meppelder *et al.*, 2019). Orang

dapat mengalami stres pengasuhan rendah yaitu sebanyak 2 orang (40%). Orang tua juga mayoritas mengalami stres pengasuhan sedang pada jenjang pendidikan SMA/SMK.

tua membutuhkan ketelitian dan kesabaran yang lebih saat mengasuh anak disbanding saat mengasuh anak yang normal (Rahayu & Ahyani, 2018).

Stres pengasuhan pada penelitian ini dapat dibagi menjadi 2 dimensi yaitu dimensi *pleasure* dan *strain*. Studi ini menemukan bahwa skor *mean* dimensi *strain* lebih tinggi daripada skor *pleasure*. Berdasarkan hasil analisis kuesioner penelitian ini ditemukan bahwa orang tua dari anak tunagrahita merasa memiliki anak dapat menjadi beban keuangan serta menghabiskan banyak waktu dan fleksibilitas dalam kehidupan. Keterbatasan anak tunagrahita juga menyebabkan orang tua juga merasa terbebani dengan tanggung jawab sebagai orang tua.

Orang tua dari anak tunagrahita cenderung mengalami stres tinggi karena anak tidak dapat melakukan perilaku adaptif. Menurut Pratiwi (2015) keterbatasan yang dimiliki anak berkebutuhan khusus menyebabkan orang tua mengalami kesulitan dalam mengolah emosi negatif yang dirasakan oleh orang tua. Apabila orang tua tidak mampu mengendalikan emosionalnya, maka orang tua dapat lebih mudah mengalami cemas, putus asa, stres, dan depresi.

Orang tua dari anak tunagrahita mengalami stres pengasuhan tidak hanya disebabkan oleh anak yang tidak dapat melakukan perilaku adaptif namun dapat juga disebabkan karena adanya perasaan cemas dengan masa depan anak (Hidayat dkk., 2021). Hasil analisis kuesioner penelitian ini menunjukkan orang tua dengan anak tunagrahita memiliki pandangan yang pesimis mengenai masa depan anak. Penelitian yang dilakukan

Marliana dkk (2021) menemukan ibu yang memiliki anak tunagrahita mengalami stres karena pesimis terhadap masa depan anak. Seseorang yang memiliki anak tunagrahita percaya bahwa anak tersebut tidak memiliki masa depan yang pasti.

Stres pengasuhan juga dipengaruhi oleh jumlah, orang tua yang mengasuh anak dalam jumlah banyak, maka tingkat stres yang dialami orang tua semakin tinggi. Penelitian yang dilakukan oleh Apriliyanti, Anugrahni, dan Agustina (2017) menunjukkan jumlah anak memengaruhi peran orang tua. Semakin banyak anak yang harus diasuh oleh orang tua, maka semakin besar peran orang tua. Selain itu, semakin banyak anak yang diasuh, maka semakin besar pengeluaran yang ditanggung orang tua yang dapat menyebabkan bertambahnya tekanan psikologis pada orang tua. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Tippett dan Wolke (2017) menemukan bahwa stres pengasuhan lebih tinggi pada orang tua dengan dua anak dibandingkan satu anak. Mengasuh dua anak memberikan tantangan yang lebih menegangkan daripada mengasuh satu anak karena orang tua memerlukan energi dan waktu lebih dua kali lebih banyak serta menghadapi tantangan baru, seperti hubungan saudara kandung.

Hasil penelitian dari Najmi *et al* (2018) menemukan hubungan negatif antara tingkat pendidikan dengan stres pengasuhan. Penelitian tersebut menemukan orang tua berpendidikan tinggi memiliki pengetahuan yang lebih besar dan akses yang lebih luas ke berbagai sumber informasi sehingga memiliki kemampuan yang lebih tinggi dalam menangani stresor. Orang tua dengan pendidikan rendah memiliki pengetahuan yang rendah mengenai masalah anak sehingga kurang mampu dalam mengatasi stressor. Penelitian yang dilakukan oleh Basir, Rahman, Fauziah, dan Damis (2023) menemukan adanya hubungan negatif

antara tingkat pendidikan dengan stres pengasuhan orang tua. Tingkat pendidikan dapat dijadikan sebagai tolak ukur individu dalam menyerap informasi dan mengolahnya menjadi pengetahuan. Oleh karena itu, kurangnya pengetahuan orang tua dalam memahami masalah anak akan menimbulkan stres pengasuhan dan tingkat keparahan permasalahan anak.

Penelitian ini menemukan orang tua latar belakang pendidikan perguruan tinggi juga dapat mengalami stres pengasuhan tinggi yaitu sebanyak 2 orang dan orang tua dengan latar belakang pendidikan SD dapat mengalami stres pengasuhan rendah yaitu sebanyak 2 orang. Selain pendidikan, stres yang dirasakan orang tua juga berkaitan dengan strategi koping yang dimiliki orang tua tersebut. Penelitian yang dilakukan oleh Prameswari, Ginanjar, Ednadita, dan Pranawati (2022) menemukan orang tua yang memiliki anak spektrum autisme walaupun dengan latar belakang pendidikan SMP dan SMA karena memiliki religiusitas dan spiritualitas yang baik, orang tua mampu meningkatkan rasa toleransi, kesabaran dan mampu menghadapi stres yang dialami karena berusaha memaknai keberadaan anak sebagai titipan Tuhan.

Stres pengasuhan akan berdampak pada kehidupan anak dan orang tua. Stres membuat pola asuh menjadi tidak efektif sehingga anak tidak mampu mengelola dan mengendalikan emosinya (Picardi *et al.*, 2018). Penelitian yang dilakukan oleh Liu dan Wang (2017) menemukan bahwa ibu yang mengalami stres pengasuhan menyebabkan agresi psikologis pada ibu yang akan mengarah pada permasalahan perilaku pada anak. Stres pengasuhan yang dialami oleh orang tua akan rentan terjadi interaksi yang kurang positif dengan anak, memiliki risiko tinggi penganiayaan dan kekerasan terhadap anak, dan menyebabkan konflik yang lebih tinggi dalam keluarga (Christina & Church, 2019).

mayoritas berusia 35-45 tahun, tingkat pendidikan mayoritas SMA/SMK.

## **SIMPULAN**

Responden pada penelitian ini mayoritas berjenis kelamin perempuan,

Sebagian besar responden mengalami tingkat stres pengasuhan kategori sedang.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, R. P., Abidin, F. A., & Lubis, F. Y. (2022). Stres Pengasuhan, Penilaian Ibu terhadap Covid-19, dan Pengasuhan Suportif. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*, 15(1), 51–62. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.24156/jikk.2022.15.1.5>
- Apriliyanti, D., Anugrahni, D., & Agustina, V. (2017). Hubungan Kemampuan Manajemen Stres Dengan Tingkat Stres Pada Orang Tua Anak Tunagrahita di SLBN 1 Palangkaraya. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 4(2), 43–46. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.31602/ann.v4i2.1164>
- Christina, M. N., & Church, H. L. (2019). Impact of Caregiver Burden on Quality of Life for Parents of Adult Children With Autism Spectrum Disorder, 124(2), 145–156. <https://doi.org/10.1352/1944-7558-124.2.145>
- Clauser, P., Ding, Y., Chen, E. C., Cho, S. J., Wang, C., & Hwang, J. (2021). Parenting styles, parenting stress, and behavioral outcomes in children with autism. *School Psychology International*, 42(1), 33–56. <https://doi.org/10.1177/0143034320971675>
- Desiningrum, R. (2016). *Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus*. Yogyakarta: Psikosain.
- Hidayat, F., Widodo, Y. P., & Apria, G. (2021). Hubungan Tingkat Stres Otang Tua Dengan Mekanisme Koping Orang Tua Yang Memiliki Anak Tunagrahita, 12(2), 74–79. <https://doi.org/10.17977/UM031V7I12021P8>
- Irdamurni. (2018). *Memahami Anak berkebutuhan Khusus*. Jawa Barat: Goresan Pena.
- Kumalasari, D., Gani, I. A. A., & Fourianalistyawati, E. (2022). Adaptation and psychometric properties of the Indonesian version of Parental Stress Scale. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 9(2), 332–353. <https://doi.org/10.24854/JPU527>
- Liu, L., & Wang, M. (2017). Parenting stress and children's problem behavior in China: The mediating role of parental psychological aggression. *Journal of Family Psychology*, 29(1), 20–28. <https://doi.org/10.1037/fam0000047>
- Lutfianawati, D., Perwitaningrum, C. Y., & Kurnia, R. T. R. (2019). Stres Pada Orang Tua Yang Memiliki Anak dengan Retardasi Mental. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 1(1), 23–29. <https://doi.org/10.33024/jpm.v1i1.1411>
- Mamun, A., & Prameswarie, T. (2018). Hubungan Pola Asuh Keluarga gengan Parenting Stress pada Orangtua Anak Tunagrahita di Yayasan Pembinaan Anak Cacat Palembang. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 7(1), 4–20. <https://doi.org/10.32502/sm.v7i1.1395>
- Marliana, R. S., Prabamurti, P. N., & Handayani, N. (2021). Stres Pengasuhan Ibu dengan Anak Tunagrahita di SLB Negeri Semarang Selama Pandemi COVID-19. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 20(4), 219–228. <https://doi.org/10.14710/mkmi.20.4.219-228>
- Meppeider, M., Hodes, M., Kef, S., & Schuengel, C. (2019). Parenting stress and child behaviour problems among parents with intellectual disabilities: The buffering role of resources. *Journal of Intellectual Disability Research*, 59(7), 664–677. <https://doi.org/10.1111/jir.12170>
- Nurul, H. (2019). *Pendidikan Inklusi dan Anak Berkebutuhan Khusus*. Yogyakarta: Samudra Biru.
- Olianda, R. A., & Rizal, G. L. (2020). Hubungan Antara Hardiness Dan Dukungan Sosial Terhadap Stres Pengasuhan Pada Ibu Yang Memiliki Anak Tunagrahita. *Attadib: Journal of Elementary Education*, 4(2), 69. <https://doi.org/10.32507/attadib.v4i2.828>
- Picardi, A., Gigantesco, A., Tarolla, E., Stoppioni, V., Cerbo, R., Cremona, M., ... Nardocci, F. (2018). Clinical Practice & Epidemiology in Parental Burden and its Correlates in Families of Children with Autism Spectrum Disorder : A Multicentre Study with Two Comparison Groups. *Clinical Practice & Epidemiology in Mental Health*, 14(8), 143–176. <https://doi.org/10.2174/1745017901814010143>
- Pratiwi, S. (2015). *Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus*. Semarang: Semarang University Press.
- Rahayu, Y. D. P., & Ahyani, L. N. (2018). Kecerdasan Emosi Dan Dukungan Keluarga Dengan Penerimaan Diri Orang Tua Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus (ABK). *Jurnal Psikologi Perseptual*, 2(1), 29–47. <https://doi.org/10.24176/perseptual.v2i1.2220>