



BHAMADA
 Jurnal Ilmu dan Teknologi Kesehatan
<http://ojs.stikesbhamadaslawi.ac.id/index.php/jik>
 email: jitkbhamada@gmail.com



HUBUNGAN TINGKAT STRESS ORANGTUA DENGAN MEKANISME KOPING PADA ORANGTUA YANG MEMILIKI ANAK TUNA GRAHITA USIA 7-18 TAHUN DI SLB N SLAWI

Firman Hidayat¹⁾, Yessy Pramita Widodo²⁾, Gilang Apria Aji³⁾

^{1,2,3)}Prodi Sarjana Keperawatan dan Ners, STIKes Bhakti Mandala Husada Slawi

Email : abifirman6@gmail.com

Info Artikel

Sejarah artikel,

Diterima: Agustus 2021

Disetujui: September 2021

Dipublikasi: Oktober 2021

Kata kunci:

Tingkat Stes orangtua,
 Mekanisme Koping, Anak
 Tunagrahita

ABSTRAK

Orangtua yang seharusnya menjadi pihak utama yang mendukung anak tunagrahita untuk hidup dan berkembang sesuai haknya, justru seringkali orang tua menganggap kelahiran menimbulkan problem yang cukup berat dengan menunjukkan sikap tidak menerima yang merupakan salah satu tanda shock dan memiliki ketidakpercayaan akan kenyataan memiliki anak tunagrahita. Tujuan Penelitian ini Mengidentifikasi hubungan tingkat stres orangtua dengan mekanisme koping orangtua memiliki anak tunagrahita. Metode Rancangan Penelitian ini deskriptif dengan pendekatan cross sectional dan teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling dengan jumlah 60 responden dan dilakukan analisa data dengan menggunakan uji uji chi square. Terdapat hubungan tingkat stress orang tua dengan mekanisme koping pada orang tua yang memiliki anak tuna grahita usia 7-18 tahun di SLB N Slawi dengan p Value 0,000 orang tua disarankan menggunakan mekanisme yang adaptif dalam menyelesaikan masalah dengan melibatkan proses kognitif, efektif dan psikomotor seperti bicara dengan orang lain untuk mencari jalan keluar suatu masalah, membuat berbagai tindakan dalam menangani situasi dan belajar dari pengalaman masa lalu sehingga orangtua dapat mengontrol stres yang terjadi pada dirinya.

Keywords:

*Knowledge, stress level
 parental, coping mechanism,
 child mentaly retarded.*

ABSTRACT

Parents who should be the main party supporting mentaly retarded children to live and developed according to their right, in fact often parents think birth creates problems that is quite heavy by showing an attitude of not accepting which is another sign of shock and have distrust of the fact having mentaly retarded children. This condition can cause stress on parents.increase parental stress can have an effect on coping mechanisms in parenting. Coping mechanisms is a effort made to deal with stressor, in practictice it can be done konstruktively or desdructively. This research to identify the relationship stress levels

Alamat Korespondensi:

Prodi Ilmu Keperawatan dan
Ners, STIKes Bhakti Mandala
Husada Slawi,

parental with coping mechanisms in parents have mentaly retarded children. The research design descriptive with cros sectional approach and the sampling technique using total sampling with total of 60 respondents . the result of the analysis using the chi square test got the p Value (0,000) smaler than significant value (0,05) so that Ho was rejected and Ha accepted thats mean there is relationship stress with coping mechanisms in parents who have mentaly retarded aged 7-18 year. The results of reasearch that experiencng stress so an adaptive mechanism is needed in parenting so that it reduce the stress level of parenting

PENDAHULUAN

Stres orangtua diakibatkan oleh banyaknya beban yang ditanggung orang tua dari anak retardasi mental baik secara fisik karena selalu membantu dan mendampingi anak dalam melakukan kegiatan sehari-hari, psikis karena berkaitan proses penerimaan orang tua yang merasa kaget, kecewa dan marah kepada diri sendiri, dan social karena stigma negatif dari masyarakat (Kumar, 2008). Meningkatnya tingkat stres pada orang tua sering kali dihubungkan dengan kemampuan coping dalam mengatasi stres maka perlu mekanisme coping orangtua secara adaptif dalam mengasuh anak retardasi mental yang berbeda dengan anak lainnya (Weiss, Sullivan, dan Diamond, 2010).

Prevalensi Orantua yang memiliki anak dengan kebutuhan khusus tidak merasa malu dan kecewa terhadap anaknya. Namun, pada kenyataannya tidak semua orang tua dengan kondisi anak dengan kebutuhan khusus dapat langsung menerima kondisi anaknya tersebut. Banyak orang tua yang memiliki anak dengan kebutuhan khusus merasa malu, kecewa, dan tidak menerima kondisi anaknya tersebut. Sebanyak 58,62% orang tua merasa malu dan sebanyak 34,48% orang tua sangat kecewa karena anaknya tergolong ABK, tidak sesuai dengan yang diharapkan. (Anggraini, 2013).

Prevalensi tingkat stres orangtua yang memiliki anak tunagrahita dari Penelitian pada 78.305 orang tua di Amerika, menunjukkan bahwa orangtua yang memiliki anak dengan gangguan perkembangan mental(tunagrahita) memiliki tingkat kemarahan dan stres lebih tinggi yaitu sebanyak 44% dari pada orangtua dengan anak berkebutuhan khusus tanpa ganggua

perkembangan yaitu sebanyak 12% dan orangtua dengan anak normal yaitu sebanyak 11% (Schieve 2007).

Mekanisme coping merupakan upaya yang dilakukan untuk mengadaptasi stressor, dalam pelaksanaannya dapat dilakukan secara konstruktif maupun destruktif (Stuart 2013). Mekanisme coping pada orang tua dalam mengasuh anak yang seharusnya menggunakan coping adaptif untuk menyelesaikan masalahnya dengan melibatkan proses kognitif, efektif dan psikomotor seperti bicara dengan orang lain untuk mencari jalan keluar suatu masalah, membuat berbagai tindakan dalam menangani situasi dan belajar dari pengalaman masa lalu. Justru seringkali orang tua menggunakan coping mal adaptif yang dapat menimbulkan respon negatif dengan munculnya reaksi mekanisme pertahanan, respon verbal dan muncul perilaku agresif dan menarik diri, sedangkan reaksi psikologis individu menampilkan diri seperti apatis, pendiam dan munculnya perasaan tidak berminat dan menetap (Pratiwi, 2013).

Hasil dari BP-DIKSUS (2013) menyatakan di Kabupaten Tegal terdapat 274 anak tuna grahita. Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti siswa di SLB N SLAWI didapatkan data jumlah siswa anak tunagrahita sebanyak 191 dan masing-masing dikelompokkan menjadi 2 Tipe yaitu tipe C1 dan tipe C. pengelompokan tersebut berdasarkan klasifikasi tunagrahita, dimana anak dengan tunagrahita ringan berada di kelas C1 sedangkan tunagrahita sedang dan tunagrahita berat dikelas C. hasil pengelompokan tersebut peneliti mendapatkan data yaitu kelas C1 sebanyak 96 anak , pada kelas C terdapat 95 yang terdiri

dari 60 anak tunagrahita sedang , 35 anak anak tunagrahita berat.

Stres orangtua dalam mengasuh anak tunagrahita dapat terjadi diseluruh orang tua termasuk pada orang tua dari anak tunagrahita di SLB N Slawi yang berada di kabupaten tegal. Berdasarkan hasil wawancara peneliti kepada 4 orang tua Tunagrahita di SLB N SLAWI. Empat ibu tingkat mengatakan awalnya tertutup dengan orang lain karena merasa malu, marah dengan keadaan, dan tidak menyangka ana mereka mengalami gangguan mental. Namun setelah beberapa waktu para orangtua mulai bisa menerima,terbuka dengan orang lain dan mencoba memberikan perhatian lebih untuk anaknya. Empat ibu mengatakan merasa kelelahan mengasuh anaknya dikarenakan harus melakukan pengawasan intensif, dalam pemenuhan kebutuhan sehari-hari seperti berpakaian, makan, dan mandi memerlukan bantuan dari orang tua. Berdasarkan latar belakang tersebut, perlu dilakukannya penelitian mengenai Hubungan tingkat stres dengan mekanisme koping orang tua memiliki anaktunagrahita usia 7-18 tahun di SLB N SLAWI.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan rancangan deskriptif korelasi dengan desain yang digunakan adalah cross sectional. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat stress orangtua dengan mekanisme koping orangtua memiliki anak tunagrahita usia 7-18 tahun di SLB N SLAWI.

Populasi penelitian ini walimurid kelas 1 – 6 usia 7-18 tahun di SLB N Slawi yang memiliki anak tunagrahita yang berjumlah 60 wali murid, dengan teknik pengambilan sampel Total Sampling. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner karakteristik responden, kuesioner *parenting* dimana mengukur 3 aspek yaitu *the parent distress, the difficultchild dan the parent child dysfunctional* dan kuesioner mekanisme koping. Analisis *bivariate* menggunakan *uji Chi Square*.

HASIL DAN PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin orangtua (n= 60)

Karakteristik responden	Frekuensi(n)	Percent (%)
Jenis kelamin orangtua		
Laki-Laki	25	41.7%
Perempuan	35	58.3%
Total	60	100

Sumber : Pengolahan Data Primer

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan 35 responden (58,3%).

Tabel 2. Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan usia orangtua (n= 60)

Karakteristik responden	Frekuensi(n)	Percent (%)
Usia orangtua		
25-35	33	55%
36-45	23	38.3%
46-65	4	6.7%
Total	60	100

Sumber : Pengelolaan Data Primer

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa sebagian besar responden berusia 25 – 35 Tahun 33 responden (55%).

Tabel 3 Distribusi frekuensi Tingkat Stres orangtua memiliki anak tunagrahita (n= 60)

Kategori	Frequency (n)	Percent
Stres Ringan	22	36.7%
Stres Sedang	28	46.7%
Stres Berat	10	16.7%
Total	60	100%

Sumber : Pengelolaan Data Primer

Berdasarkan tabel diatas hasil penelitian pada 60 Orang menunjukkan bahwa tingkat stress orangtua dengan distribusi Frekuensi mayoritas orangtua mengalami stress sedang yang berjumlah 28 orangtua (46.7%).

Tabel 4 Distribusi frekuensi mekanisme koping pada orang yang memiliki tunagrahita (n=60)

Kategori	Frequency(n)	Percent
M.K adaptif	26	43,3%
M.K maladaptif	34	56.7%

Total	60	100%
-------	----	------

Sumber: Pengelolaan Data Primer

Berdasarkan tabel diatas hasil penelitian pada 60 orang menunjukkan bahwa mekanisme koping orangtua mayoritas menggunakan mekanisme koping maladaptif yang berjumlah 34 orang (56.7%).

Tabel 5 Hubungan tingkat stres orangtua dengan mekanisme koping pada orangtua memiliki anak tunagrahita (n=60)

stress ortu	Mekanisme koping pada orangtua yang memiliki anak tunagrahita		Total	χ^2	p-value
	M.K Adaptif	M.K Maladaptif			
Stres Ringan	19 (31,7%)	3 (5%)	22(36,7%)	26.585	0,000
Stres sedang	6(10%)	22(36,7%)	28(46,7%)		
Stres Berat	1(1,7%)	9(15%)	10(16,7%)		
Total	26(43,3%)	34(56,7%)	60(100%)		

Sumber: Pengelolaan Data Primer

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan nilai chi square 26.585 dan nilai p value : 0.000 ($p < 0.05$) yang bermakna terdapat hubungan antara tingkat stres orangtua dengan mekanisme koping pada orangtua memiliki anak tunagrahita.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian dilakukan di SLB N Slawi dari 60 reponden didapatkan jenis kelamin perempuan 35 (58.3%), disusul laki-laki 25 (41.7%). Hal ini menunjukkan bahwa orangtua yang mengalami stres mayoritas perempuan. Pada dasarnya karakteristik perempuan dan laki-laki berbeda bukan hanya dilihat pola pikir dan beritindak tetapi dilihat dari fisiknya. Perhatian dan kesibukan subjek dalam mengurus anaknya yang berkebutuhan khusus dan pekerjaan sebagai ibu rumah tangga membuat subjek mudah merasa lelah sehingga berakibat keadaan emosi yang tidak stabil. Kondisi dan keadaan anak yang berbeda memerlukan perhatian dan perawatan yang lebih sulit membuat subjek kelelahan secara fisik maupun psikisnya (Muhith, 2015).

Ibu yang memiliki anak retardasi mental cenderung mengalami stres lebih besar dari pada

pasangan hidupnya. Hal ini dikarenakan ada keterlibatan seorang ibu (seperti interaksi ibu-anak) lebih besar dibandingkan ayah., keterlibatan seorang ibu dapat menyebabkan ibu mengalami stres (Maulina (2017).

Berdasarkan karakteristik usia, hasil menunjukkan usia responden di SLB N Slawi mayoritas berusia 25-35 tahun (dewasa awal) sebanyak 33 responden (55%). Menurut Hurlock (2008) semakin tinggi usia maka tingkat kematangan seseorang lebih dipercaya, semakin tua usia seseorang makin konstruktif dalam menggunakan koping terhadap masalah yang sedang dihadapi dan pengalaman dan kematangan seseorang disebabkan semakin cukup usia dan kedewasaan dalam berpikir termasuk dalam memberikan koping.

Menurut Pravesty (2017) orangtua dengan usia muda lebih mudah mengalami stres dibandingkan orangtua dengan usia dewasa karena pengalaman dalam mengasuh anak yang masih kurang sehingga fisik dan psikis belum siap menjalankan peran dalam mengasuh anak yang menimbulkan orangtua akan mengalami kesulitan dalam mengasuh anaknya.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui pendidikan orangtua di SLB N Slawi mayoritas SMP sebanyak 22 Responden (36.7%). Orangtua anak tunagrahita dengan latar belakang pendidikan yaitu SMP menimbulkan kurangnya informasi diterimanya informasi dalam mengasuh anak sehingga memiliki pengetahuan yang baik yang pada akhirnya memberikan mekanisme koping adaptif dalam mengasuh anaknya (Muthoharoh, 2010).

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa tingkat stress orangtua terhadap mekanisme koping memiliki anak tunagrahita Usia 7-18 tahun di SLB N Slawi mayoritas mengalami stress sedang sebanyak 28 responden (46.7%). Menurut Mawardah, Siswati & Hidayati, (2012) mengemukakan stress pada orangtua yang memiliki anak tunagrahita disebabkan ketidakmampuan anak dalam melakukan aktivitas sehari-hari membuat orangtua harus selalu siap dalam membantu dan mendampingi anaknya, sedangkan beban psikis yang dirasakan orangtua berkaitan dengan proses penerimaan mulai dari rasa kaget, kecewa, rasa bersalah atas kondisi anak serta tidak adanya dukungan dari keluarga, ditambah lagi beban sosial dan respon negatif dari

masyarakat membuat orangtua yang memiliki anak tunagrahita menjadi malu yang kemudian menarik diri dari kehidupan sosial, ini jelas mempengaruhi kesejahteraan psikologis orangtua secara keseluruhan. Faktor yang mempengaruhi stres yaitu karakteristik anak, karakteristik orangtua, karakteristik lingkungan (Abidin dalam Chairin 2013).

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa tingkat stress orangtua yang memiliki anak tunagrahita Usia 7-18 tahun di SLB N Slawi mayoritas menggunakan mekanisme koping maladaptif yang berjumlah 34 responden (56.7%) sementara mekanisme koping adaptif berjumlah 26 responden (43.3%). Hal ini disebabkan orangtua kurangnya dukungan sosial dari keluarga sehingga mereka malu atau sedih saat ditanya keadaan anaknya saat mendapat masalah orangtua mencoba menyelesaikan sendiri tanpa meminta nasihat yang mengakibatkan dalam menyelesaikan cenderung negatif atau menggunakan mekanisme koping adaptif (Taylor, 2012), sedangkan orangtua saat mendapat masalah dalam merawat mereka mendapat dukungan sosial berupa nasehat baik dari keluarga maupun lingkungan maupun orangtua retardasi lainnya sekitar. Para orangtua juga selalu bertukar pendapat dengan keluarga atau orangtua yang juga memiliki anak tunagrahita (Muhammad. A, 2015).

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan kepada 60 responden yang telah mengisi kuesioner menunjukkan bahwa mayoritas orangtua mengalami stres sedang dengan mekanisme koping maladaptif berjumlah 22 responden (36.7%), sedang orangtua yang mengalami stres ringan dengan mekanisme koping adaptif berjumlah 19 responden (31.7%) dan sebagian kecil orangtua mengalami stres berat dengan mekanisme koping maladaptif sebanyak 9 responden (15%) pada orangtua memiliki anak tunagrahita. Dengan hasil uji *chi square* diperoleh *p value* 0.000 sehingga ada hubungan tingkat stress orangtua dengan mekanisme koping pada orangtua yang memiliki anak tunagrahita. Menurut Lazzaroni, (2013) mengemukakan bahwa stres pengasuhan yang muncul pada orangtua yang memiliki anak tunagrahita dapat berkurang melalui mekanisme koping (usaha menanggulangi stres) yang tepat. Sumber-sumber yang dapat berperan menjadi fasilitator coping stres salah satunya adalah mekanisme koping eksternal yaitu dukungan

sosial, adapun dukungan sosial dapat bersumber dari anggota keluarga, khususnya pasangan, kerabat, teman dan keluarga orangtua dengan koping keluarga memiliki respon positif terhadap masalah, respon perilakunya dapat memecahkan masalah atau mengurangi stres yang diakibatkan oleh masalah atau kejadian (Rahayu, Y.P, 2014).

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan penelitian dan analisis data yang dilakukan, sesuai dengan tujuan yang telah ditentukan dapat diambil simpulan bahwa terdapat hubungan tingkat stress orangtua dengan mekanisme koping orangtua memiliki anak tunagrahita usia 7-18 tahun di SLB N SLAWI. Diharapkan orang tua dalam menghadapi anak yang mengalami tunagrahita yaitu dengan menerapkan manajemen koping yang adaptif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Pada kesempatan ini, peneliti mengucapkan terimakasih kepada SLB N Slawi yang telah memberikan kesempatan untuk tempat penelitian dan orang tua (Wali Murid) anak usia 7 – 18 tahun yang mengalami tunagrahita.

DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, R.R. (1995). *Parenting stress Index, Third Edition: Professional Manual*. Virginia: The National Child Traumatic Stress Network.
- Abdul, M. (2015). Mekanisme Koping Keluarga Yang Memiliki Anak Retardasi Mental di SLB-C Seduri.
- Anggraini, R.R. (2013). Persepsi orangtua terhadap anak berkebutuhan khusus. *Jurnal PLB FIP UNP*, 1(1), 258-265
- BP-DIKSUS. (2013). Dinas Pendidikan Provinsi Jawa Tengah. <http://bpdikus.org/v2/index.php?page=siswa>. Diakses 15 maret 2014
- Hurlock. (2008). *Psikologi perkembangan*. Jakarta : Erlangga Press
- Kumar, G.V. (2008). *Psychological stress and coping strategies of the parent of mentally challenged children*. *Journal of the indian of applied psychological* Vol.34, No. 2, 227-231

- Lazzaroni (2013). *Gambaran Kesejahteraan Pada Ibu Yang Memiliki Anak Tunagrahita. Universitas Sumatra Utara. Medan*
- Maulina,B. (2017). *Tingkat Stres Ibu yang Memiliki Anak Penyandang Retardasi Mental. Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatra Utara.*
- Mawardah, U.,Siswati,& Hidayati, F. (2012). Relationship between active coping with parenting mother of mentally retarded child. *Jurnal psikologi.vol 1 (1): 1-14. Fakultas psikologi. Universitas Diponegoro.*
- Muhith, A. (2015). *Pendidikan keperawatan jiwa, Edisi 1. Yogyakarta : CV. Andi*
- Muthoharoh,I. (2010). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Mekanisme koping Klien Gagal Ginjal Kronik Yang menjalani Hemodialisis Di rumah Sakit Umum Pusat (RSUP) Fatmawati. S1 Keperawatan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta*
- Pratiwi, P.R & Murtiningsih. A.(2013). *Kiat Sukses Mengasuh Anak berkebutuhan khusus. Yogyakarta : Ar Ruzz Media*
- Pravesty, E. (2017). *Hubungan mekanisme koping dengan Tingkat stres pada orangtua memiliki anak retardasi mental di SLB N 1 Bantul.*
- Rahayu,Y.P.(2014). *Hubungan Mekanisme koping Orang Tua Dalam Mengasuh anak Dengan Hasil Prestasi Belajar pada Anak Tunagrahita di SDLBC- TPA Jember. S1 Keperawatan Ilmu Kesehatan Universitas Muhamadiyah. Jember.*
- Schieve, L.A.,et al.(2007). *The relationship Between Autism and Parenting Stress. The American Academy of Pediatrics*
- Stuart, G.W. (2013). *Buku saku keperawatan jiwa. Edisi 5. Buku Kedokteran EGC. Jakarta.*
- Taylor,S.E. (2012). *Health Psychology. Eighth Edition: Mc Grew.*
- Weist, J.A., Sulvian ., & Diamond, T. (2010). Parent Stress and Adaptif Functional Of Individuals With Devalopmental Disabilities. *Journal on Devalopmental Disabilities,10, 130-135.*