

Kontribusi Dukungan Sosial Terhadap *Parenting Stress* pada Ibu dengan Anak Tunagrahita di Kota Sawahlunto

Ninda Dwi Rahmawati,
Universitas Negeri Padang
e-mail: nindadwidwirahmawati07@gmail.com

Yolivia Irna Aviani
Universitas Negeri Padang

Abstract: *The contribution of social support to the parenting stress of mothers with mentally retarded. The Purpose of this research to review “the contribution of social support to the parenting stress of mothers with mentally retarded children in the city of Sawahlunto”. This research is a correlational quantitative research with 68 people who have mental retardation children in Sawahlunto. Sampling technique used in this research was purposive sampling with the following criteria: (1) Mothers who own and care for mentally retarded children in the city of Sawahlunto. (2) Mothers who have marital status (have a husband). Data was taken using a Likert scale in the form of a questionnaire that was arranged based on variable aspects. The data analysis technique was carried out using a simple linear regression method. The results is the p value was .00. this illustrates that ha is accepted and ho is rejected, with a negative relationship seen from the value of r is -.494 and the value of the linear equation is $Y = 101.4 + (-0.344)$.*

Keywords: *social support, mental retardation, parenting stress.*

Abstrak: Kontribusi dukungan sosial terhadap stress pengasuhan ibu dengan anak Tunagrahita. Penelitian ini bertujuan untuk meninjau kontribusi dukungan sosial terhadap parenting stress ibu dengan anak Tunagrahita di kota Sawahlunto. Jenis penelitian ini ialah kuantitatif korelasional dengan subjek ialah ibu dengan anak Tunagrahita di Sawahlunto sebanyak 68 orang. Penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria: (1) Ibu memiliki dan merawat anak Tunagrahita di kota Sawahlunto. (2) Ibu yang memiliki status pernikahan (memiliki suami). Data diambil menggunakan skala likert dengan bentuk angket yang disusun berdasarkan aspek-aspek variabel. Analisis data dilakukan dengan metode *Regresi linear sederhana*, hasilnya nilai p adalah .00. hal ini menggambarkan bahwa H_0 diterima dan H_a ditolak, dengan hubungan negatif dilihat dari nilai r adalah -.494 dan nilai persamaan linearnya adalah $Y = 101,4 + (-0.344)$.

Kata Kunci: Dukungan sosial, Tunagrahita, *Parenting Stress*.

Pendahuluan

Anak-anak yang lahir dengan pertumbuhannya dibandingkan dengan anak keistimewaan dikenal dengan ABK. yang berada pada kurva normal. Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan anak Republik Indonesia diakses dari kemenppa.go.id, mendefinisikan anak berkebutuhan khusus yaitu anak dengan keterbatasan secara fisik maupun psikologis, yang memengaruhi perkembangan atau

Banyak macam-macam anak dengan berkebutuhan khusus, dari disabilitas fisik, disabilitas intelektual maupun disabilitas prilaku dan emosi. Disabilitas intelektual itu sendiri adalah kondisi dimana individu memiliki masalah dengan fungsi intelektual, dan

fungsi adaptif (Puspitasari, 2020). Disabilitas ini terdapat tingkatan yang berbeda, yaitu ringan, sedang maupun berat. Beberapa bentuk disabilitas intelektual salah satunya adalah Tunagrahita. Anak dengan diagnosa Tunagrahita di dejelaskan Tunagrahita ialah keadaan individu dengan tingkat intelektual dibawah rata-rata, dan tidak mampu berinteraksi dengan lingkungan sosial (Asmarani, 2019).

Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan tahun 2021 dikutip dari situs databox.co.id, menyebutkan bahwa di Indonesia terdapat 144.621 anak berkebutuhan khusus yang menempuh pendidikan di SLB di seluruh Indonesia. Sedangkan untuk di Sumatera Barat tercatat ada sekitar 6.133 ABK usia sekolah (Dinas Pendidikan Sumatera barat diakses dari ganto.com). Dan tepatnya di kota Sawahlunto ada sekitar 200 ABK usia sekolah.

Di Kota Sawahlunto sendiri ada 5 SLB (Sekolah Luar Biasa), yaitu 2 SLB Negeri dan 3 SLB swasta. Dengan spesifikasi anak dengan Tunagrahita sebanyak 91 orang. Dalam hal pengasuhan anak Tunagrahita peran orang tua penting bagi tumbuh kembang anak, terlebih sosok ibu. Menurut Hidayat dalam (Laia, 2019) seorang ibu sangat berperan dalam perkembangan anak karena ibu dapat menstimulasi perkembangan dan pertumbuhan anak di berbagai aspek seperti, fisik, mental dan

sosial. Ibu dengan anak Tunagrahita dituntut untuk mempunyai waktu, tenaga dan pengetahuan yang lebih dalam merawatnya. Tidak jarang ibu dengan anak Tunagrahita merasa kelelahan, stress, dan tertekan.

Stres ibu selama merawat ABK disebut stress pengasuhan (*parenting stress*), yaitu kecemasan atau tekanan yang berlebihan terkait dengan peran dan interaksi ibu dan anaknya (Kristiana, 2017). Dalam beberapa kasus ibu yang mengalami *parenting stress* memiliki gejala seperti mudah lelah secara fisik, sulit tidur dan merasakan kecemasan yang berlebihan dan juga mengabaikan tugas-tugasnya sebagai orang tua, dan bahkan dalam beberapa kasus berat stress pengasuhan dapat menyebabkan mental yang tidak stabil sehingga ibu bisa melampiaskan kepada anak, seperti mencaci, memukul bahkan membunuh anak.

Parenting stress di pengaruhi oleh beberapa faktor, seperti distress individu, kondisi anak, status ekonomi dan dukungan sosial (Deater-Deacker, 2004). Dalam hal ini, dukungan sosial sangat di butuhkan oleh ibu dengan anak Tunagrahita, dukungan sosial dapat berupa dukungan dari keluarga. Dukungan sosial ialah bentuk penyediaan rasa nyaman, rasa aman perhatian, penghargaan dan bantuan secara langsung yang diberikan individu kepada individu lain atau suatu kelompok (Uchino, 2004). Dukungan keluarga

terlebih suami akan sangat membantu ibu dalam mengasuh anak Tunagrahita.

Suami itu sendiri adalah sosok yang dianggap sebagai keluarga terdekat dengan ibu dan suami dianggap sebagai sumber dukungan sosial yang utama bagi seorang ibu (Chaplin, 2019).

Berdasarkan pemaparan latar belakang permasalahan diatas, peneliti berencana melakukan penelitian yang berjudul "Kontribusi Dukungan Suami terhadap *Parenting stress* Ibu dengan anak Tunagrahita di Kota Sawahlunto.

Metode

Penelitian kuantitatif korelasional, yaitu penelitian yang berbentuk angka dan dianalisis menggunakan metode statistik bertujuan untuk melihat hubungan/ kontribusi kedua variabel (Sugiyono, 2013). Variabel bebas dalam penelitian ini adalah dukungan sosial dan variabel terikat adalah *parenting stress*.

Populasi penelitian ini ialah ibu dengan anak Tunagrahita di Kota Sawahlunto. Penelitian ini menggunakan metode *purposive sampling* dengan kriteria subjek: (1) Ibu Rumah tangga/bekerja di luar yang memiliki dan merawat anak penyandang disabilitas dengan diagnosa Tunagrahita di kota Sawahlunto. (2) Ibu dengan anak Tunagrahita yang merawat anak Tunagrahita dan dalam status pernikahan

(memiliki suami). Instrument penelitian yang digunakan yaitu skala atau alat ukur yang digunakan untuk melihat atribut tertentu melalui respon subjek terhadap pernyataan yang di paparkan (Azwar, 2016). Skala yang digunakan adalah skala likert.

Skala untuk mengukur dukungan sosial disusun berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Sarafino & Smith (2011), aspek tersebut adalah dukungan emosional, dukungan informatif, dukungan penghargaan dan dukungan instrumental. Dimana angket ini terdiri dari beberapa pernyataan dan memiliki lima pilhan jawwaban, yaitu STS (Sangat Tidak Setuju), TS (Tidak Setuju), S (Setuju), SS (Sangat Setuju), SSS (Sangat Setuju Sekali). Perbedaan skor setiap jawaban berbeda tergantung jenis aitem, *favorable* atau *unfavorable*. Sedangkan untuk mengukur variabel parenting stress skala yang digunakan disusun berdasarkan aspek-aspek parenting stress yang dikemukakan oleh Deater-Decker (2004) yaitu, *parents distress*, ranah anak, dan ranah hubungan orang tua dengan anak. Skala ini berbentuk pernyataan dengan lima jawaban. Perbedaan skor setiap jawaban berbeda tergantung jenis aitem, *favorable* atau *unfavorable*. Kedua skala tersebut telah diuji validitas dan reliabilitasnya menggunakan bantuan SPSS dengan nilai Validitas direntang nilai .365 sampai .722 untuk skala dukungan

sosial dan .283 sampai .732 untuk skala *parenting stress*. Sedangkan untuk nilai reliabilitas skala dukungan sosial adalah .940 dan .913 untuk skala *parenting stress*. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah regresi linear sederhana dengan bantuan SPSS.

Hasil dan Pembahasan Hasil

Penelitian ini terdiri dari 68 orang ibu yang memiliki anak Tunagrahita di Kota Sawahlunto sebagai subjeknya. Dengan deskripsi sebagai berikut:

Tabel 1. Gambaran subjek dilihat dari usia dan pekerjaan

Deskripsi Usia	Jumlah	Presentase
2 –30 Tahun	1	1.5 %
31-40 Tahun	13	19.1%
41-50 Tahun	34	50.1%
51-60 Tahun	19	27.9%
60-70 Tahun	1	1.5%
Total	68	100%
Deskripsi pekerjaan	Frekuensi	Presentase
Pns/Tni/Polri	8	11.8%
Swasta	3	4.4%
Irt	49	72.1%
Lainnya	8	11.8%
Total	68	100%

Pada tabel tersebut terlihat frekuensi subjek terbanyak berusia antara 41 sampai 50 tahun dengan frekuensi 50.1 %,

sedangkan untuk pekerjaan subjek kebanyakan adalah ibu rumah tangga dengan frekuensi 72.1 %.

Tabel 2. Gambaran subjek berdasarkan usia dan Diagnosa anak

Usia anak	F	Presentase	Diagnosa anak	F	Presentase
0-5 Tahun	1	1.5%	T Ringan	28	41.2%
5-10 Tahun	12	17.6%			
10-15 Tahun	27	39.7%	T sedang	37	54%
15-20 Tahun	21	30.9%			
20-25 Tahun	6	8.8%	T berat	3	4.4%
>25 tahun	1	1.5%			
Total	68		Total	68	

Pada tabel tersebut terlihat kebanyakan subjek memiliki anak Tunagrahita di usia 10 sampai 15 tahun

dengan presentase 39.7% dan diagnosa anak subjek terbanyak adalah Tunagrahita sedang dengan presentase sebanyak 54%.

Tabel 3. Kategori Dukungan Sosial dan Parenting Stress

Variabel	Nilai Hipotetik				Nilai Empiris			
	<i>Min</i>	<i>Max</i>	<i>Mean</i>	<i>SD</i>	<i>Min</i>	<i>Max</i>	<i>Mean</i>	<i>SD</i>
Dukungan Sosial	36	180	108	24	64	174	122,1	20,86
<i>Parenting stress</i>	22	110	66	14,6	36	89	59,43	14,52

Pada tabel diatas terlihat bahwa skor rata-rata hipotetik dukungan sosial adalah 108 sedangkan untuk rata-rata empiris subjek adalah 112,1. Dapat dikatakan subjek penelitian mendapatkan dukungan sosial yang lebih tinggi dari pada populasi pada umumnya.

Sedangkan rata-rata hipotetik *parenting stress* adalah 66 dan skor rata-rata empirisnya adalah 59,43. Yang berarti ibu dengan anak Tunagrahita di Sawahlunto mengalami *parenting stress* yang lebih rendah dibandingkan populasi pada umumnya.

Tabel 4. Kategorisasi subjek skala dukungan sosial

Kategorisasi	Frekuensi (F)	Presentase
Sangat Tinggi	9	13,2%
Tinggi	27	39,7%
Sedang	25	36,8%
Rendah	6	8,8%
Sangat Rendah	1	1,5%
Jumlah	68	100%

Berdasarkan tabel diatas terlihat bahwa subjek mendapatkan dukungan sosial yang tinggi dengan frekuensi sebanyak 27

orang atau sekitar 39.7% dari total 100% subjek.

Tabel 5. Kategorisasi subjek skala *parenting stress*

Kategorisasi	Frekuensi (F)	Persentase (%)
Sangat tinggi	3	4.4 %
Tinggi	11	16.2 %
Sedang	18	26.6 %
Rendah	24	35.3 %
Sangat rendah	12	17.6 %
Jumlah	68	100 %

Dari tabel diatas terlihat bahwa rata-rata ubjek memiliki tingkat parenting stress

yang rendah, dengan frekuensi subjek 24 orang atau 35.3% dari total 100% subjek.

Tabel 6. Uji Normalitas

No.	Variabel	K-SZ	P	Keterangan
1	Dukungan sosial	0.749	0.629	Normal
2	<i>Parenting stress</i>	0.769	0.596	Normal

Hasil uji normalitas pada variabel dukungan sosial dan *parenting stress* didapatkan hasil kedua data variabelnya berdistribusi normal. Nilai p ialah 0.629 ($p > 0.05$) untuk variabel bebas dan nilai K-SZ = 0.749. Kemudian untuk variabel terikat skor p ialah 0.596 ($p > 0.05$) dengan nilai K-SZ = 0.769. Sedangkan hasil uji linearitas ditemukan nilai sebesar $F = 28.073$ dengan signifikansi atau p ialah 0.000 ($p < 0,05$) yang berarti kedua variabel memiliki hubungan yang linear.

Hasil uji korelasi ditemukan bahwa kedua variabel berhubungan dengan nilai p ialah 0.000 atau ($p < 0.01$) dengan persamaan regresinya adalah $Y = 101,4 + (-0.344)$, yang berarti setiap 1% dukungan sosial meningkat maka akan menurunkan tingkat *parenting stress* sebanyak 0,344. Dan nilai $r = -0.494$. Nilai ini menunjukkan bahwa terdapat kontribusi variabel Dukungan Sosial terhadap *Parenting stress*. Selain itu hubungan kedua variabel arahnya negatif, maknanya semakin tinggi dukungan sosial, menurunkan tingkat *parenting stress*. Dimana nilai koefisien determinasi (R Square) adalah 0.244 atau sama dengan 24.4%. Artinya dukungan sosial berkontribusi sebesar 24.4% terhadap *parenting stress*.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan melihat sejauh mana kontribusi dukungan sosial terhadap *parenting stress*. Dimana dalam penelitian ini dukungan sosial di khususkan sumbernya dari pasangan atau suami dari Ibu dengan anak Tunagrahita di Sawahlunto. *Parenting stress* ialah keadaan *oversisive psychologiall* dan reaksi fisiologis yang muncul akibat proses adaptasi dalam hal pengasuhan, *Parenting stress* berpengaruh terhadap menurunnya kualitas dan efektivitas peran orang tua terhadap anaknya, seperti ungkapan kasih sayang, dan berkurangnya afeksi serta konsistensi dalam pengasuhan (Deater-Decker, 2004). Menurut Deater-Decker (2004) beberapa hal yang dapat mempengaruhi *parenting stress* atau stress pengasuhan adalah usia, jenis kelamin, riwayat psikopatologi, dan strategi koping pada orang tua dan dukungan sosial. Sejalan dengan ini Carolin (2013) mengatakan bahwa dukungan sosial merupakan faktor penting yang mempengaruhi kesehatan psikologi ibu dengan anak Tunagrahita

Dukungan sosial itu sendiri adalah bentuk nyata suatu tindakan yang diberikan orang lain dan diterima oleh individu lain. Membuat dirinya merasa bernilai, merasa dihargai dicintai dan menjadi bagian dari lingkungan sosial tersebut. (Sarafino & Smith, 2011). Dukungan sosial yang di berikan

kepada individu dapat menurunkan tingkat cemas, meningkatkan nilai diri, mencegah gangguan psikologis, dan mengurangi stress (Wahyu & Darmiati, 2021). Dukungan sosial itu sendiri dapat berupa dukungan keluarga, pasangan (suami/istri), kerabat, teman dan keluarga. Pada penelitian ini dukungan sosial difokuskan bersumber dari suami. Karena suami merupakan *significant others* dari ibu dengan anak Tunagrahita.

Dukungan sosial juga disebutkan memiliki fungsi atau peran untuk mengurangi efek negatif dari perasaan stress yang diderita oleh ibu. Teori ini disebut *buffering effect theory*, yaitu efek yang timbul ketika individu berada dalam keadaan tertekan yang tinggi maka efek dari dukungan sosial akan lebih signifikan, dibandingkan dengan keadaan ibu yang frekuensi tertekannya rendah (Sarafino & Smith, 2014).

Dari hasil temuan setelah melakukan penelitian dan olah data peneliti mendapatkan bahwa dukungan sosial khususnya suami berkontribusi secara signifikan terhadap *parenting stress* ibu dengan anak Tunagrahita di Sawahlunto.

Bentuk kontribusi dukungan sosial terhadap *parenting stress* memiliki arah negatif. Yang mana hubungannya saling berlawanan, semakin tinggi dukungan sosial maka semakin rendah *parenting stress* dan sebaliknya. Seperti

yang terlihat pada tabel kategorisasi masing-masing variabel dimana terlihat subjek memiliki dukungan sosial yang sedang cenderung tinggi, sehingga pada tabel kategorisasi *parenting stress* sebaliknya subjek memiliki tingkat *parenting stress* yang sedang cenderung rendah. Hasil ini didukung oleh penelitian sebelumnya oleh Wahyu & Darmiati (2021) yang meneliti tentang “hubungan dukungan sosial dengan tingkat stress orang tua yang memiliki anak Tunagrahita dimoderasi oleh status sosial ekonomi di SLB-C kota Bandung”. Dari penelitian yang dilakukan kepada 98 ibu yang memiliki anak Tunagrahita, didapatkan hasil dukungan sosial memiliki hubungan yang sangat signifikan dengan arah yang negatif.

Kesimpulan

Kesimpulan

Hasil penelitian didapatkan hasil bahwa ha diterima atau ho ditolak, atau dalam kata lain terdapat kontribusi dukungan sosial terhadap *parenting stress* pada ibu dengan anak Tunagrahita di kota Sawahlunto. Dengan arah hubungan yang negatif atau berbanding terbalik. Dengan skor dukunga sosial relatif tinggi dan parenting stress yang relatif rendah.

Daftar Rujukan

- Asmarani, F. F., & Sugiasih, I. (2020). *Kesejahteraan Psikologis pada Ibu yang Memiliki Anak Tunagrahita Ditinjau dari Rasa Syukur dan Dukungan Sosial Suami*. Psisula: Prosiding Berkala Psikologi, 1, 45-58.
- Azwar, S. (2016). *Penyusunan Skala Psikologi (Edisi 2)*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Budiarti, E., & Hanoum, M. (2019). *Koping stres dan dukungan keluarga terhadap kesejahteraan psikologis orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus*. SOUL: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi, 11(1), 44-61.
- Carolin. (2013). *Tingkat Stress Manusia*. Jakarta: EGC.
- Chaplin, J. (2006). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- Dinas pendidikan provinsi Sumatera Barat (2021, Juni 30) diakses dari <https://www.ganto.co/>
- Deckard, D., K. (2004). *Parenting stress (current Perspectives in Psychology)*. Yale University. New Heven & London. Hal:220-221
- Herliani, J. H. J., Jumaini, J., & Marni, E. M. E. (2021). *Hubungan Dukungan Suami Terhadap Motivasi Dan Tingkat Stress Ibu Dalam Merawat Anak Dengan Autis*. Jurnal Keperawatan Hang Tuah (Hang Tuah Nursing Journal), 1(1), 45-62.
- Kemenpppa (2021, Juni 29) diakses dari <https://www.kemenpppa.go.id>
- Kemendikbud (2021, Juni 29) diakses dari <https://databoks.katadata.co.id/>
- Kristiana, I. F. (2017). *Self-Compration dan stress Pengasuhan Ibu yang memiliki anak dengan Hambatan Kognitif*. *Jurnal Ecospy*, 4(1),52-57
- Laia, H. N., Sinaga, F., & Niman, S. (2020). *Hubungan dukungan suami dengan tingkat stres ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus di sekolah luar biasa*. *Jurnal Kesehatan*, 8(1), 7-18.
- Maysa. P., Khairiyah. U. (2019). *Hardiness dan stress Pengasuhan pada Ibu dengan ABK*. *Jurnal RAP UNP*. 10(1).
- Permeneg Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak RI (2011). *Kebijakan Penanganan ABK*.
- Puspitasari, S. V., Novianti, L. E., & Agustiani, H. (2020). *Pubertas Menurut Perspektif Remaja Putri Dengan Disabilitas Intelektual*. *Jurnal Psikologi*, 9(3), 237-250.
- Rusmariana, A., & Muhasanah, R. (2021). *Parenting stress Orang Tua Yang Memiliki Anak Retardasi Mental Di SLB*. *Proceeding of The URECOL*, 981-984.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health Psychology Biopsychosocial Interactions* (Seventh Ed). Th Psychology Biopsychosocial Interactions Edward P. Sarafino The College Of New Jersey Timothy W. Smith University Of Utah Seventh Edition John Wiley & Sons, Inc
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: PT Remana Rosda Karya.

Uchino, B.N. (2004). *Social Support & Physical Health*. Yale University Press, hal:233.

Wahyu, P. N., Baihaqi, M. I. F., & Damaianti, L. F. (2021). *Hubungan Dukungan Sosial Dengan Tingkat*

Stres Pada Orang Tua Yang Memiliki Anak Tunagrahita Dimoderasi Oleh Status Sosial Ekonomi Di Sib-C Kota Bandung. Jurnal Psikologi Insight, 5(2), 14-25.