

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Buah hati merupakan sebuah anugerah yang terbesar yang dititipkan Tuhan kepada manusia. Hadirnya kerap kali menjadi hal yang menggembarakan bagi sebuah keluarga. Cohen (1982) menyatakan bahwa kelahiran seorang bayi umumnya disertai dengan perasaan bahagia yang mendalam serta harapan untuk masa depan yang cerah dan sukses. Pada dasarnya setiap keluarga menginginkan anaknya berkembang sempurna secara mental dan fisiknya. Namun, sayangnya tidak semua anak dilahirkan dalam keadaan normal atau sempurna. Beberapa anak mungkin lahir dengan berbagai ketidaksempurnaan, baik dari segi fisik maupun psikologis (Wijaksono, 2016). Anak yang lahir dengan kondisi berbeda dari standar perkembangan umum seringkali menjadi bagian dari kelompok anak-anak yang memerlukan perhatian khusus.

Anak-anak ini umumnya menunjukkan ciri-ciri tertentu yang berbeda dari perkembangan anak pada umumnya, mencakup berbagai jenis kelainan, mulai dari gangguan gerak, gangguan emosi, kebutaan, gangguan pendengaran, kesulitan belajar hingga keterbelakangan mental, maupun kombinasi dari beberapa aspek tersebut (Mangunsong, 2009). Kekurangan ini bisa bervariasi, mulai dari gangguan kognitif, keterbatasan fisik, hingga masalah dalam interaksi sosial dan pengendalian emosi. Anak berkebutuhan khusus memerlukan penanganan dan pendekatan khusus, baik dalam pendidikan maupun perawatan sehari-hari, agar mereka dapat tumbuh dengan baik sesuai potensi yang dimiliki. Keluarga, sekolah, dan masyarakat memiliki peran penting dalam memberikan dukungan yang dibutuhkan oleh anak-anak dengan kebutuhan khusus

Salah satu gangguan anak berkebutuhan khusus yang memerlukan perawatan dan pendekatan khusus adalah retardasi mental.

Retardasi mental (keterbelakangan mental) merupakan kata lain dari tunagrahita, suatu kondisi yang ditandai oleh penurunan kemampuan intelektual secara signifikan, yang berdampak pada kemampuan individu dalam berinteraksi dan beradaptasi dengan lingkungan sosial. Kondisi ini muncul selama masa perkembangan individu (Heber, 1961). Menurut American Assosiation on Mental Deficiency, tunagrahita didefinisikan sebagai ketidakmampuan fungsi intelektual yang umumnya lamban, dengan IQ di bawah 84, yang disertai dengan hambatan dalam penyesuaian diri (Soemantri, 2007).

Hal ini dikuatkan dengan hasil penelitian Hastings (2002), penelitian membuktikan bahwa pengasuhan anak dengan tunagrahita seringkali dikaitkan dengan tingkat stres yang lebih tinggi pada orang tua, dibandingkan dengan pengasuhan anak tanpa gangguan perkembangan. Hal ini disebabkan oleh kesulitan yang dialami anak dalam menjalankan fungsi intelektual, termasuk berkomunikasi, menangkap pelajaran, serta menyelesaikan masalah, yang mengharuskan orang tua untuk terus memberikan bantuan. Selain itu, penelitian oleh Emerson (2003) juga menunjukkan bahwa gangguan adaptif, seperti ketidakmampuan dalam melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri, menjadi faktor yang memperburuk beban pengasuhan.

Temuan-temuan ini konsisten dengan penelitian terbaru oleh Maranata (2023), yang menyoroti bahwa orang tua anak tunagrahita harus memiliki kesabaran ekstra karena tantangan pengasuhan yang lebih berat, terutama dalam membantu anak menjalani aktivitas harian dan mendorong kemandirian mereka. Beberapa penelitian di atas mendukung bahwa memiliki anak dengan gangguan intelektual (tunagrahita) dapat meningkatkan tingkat stres pengasuhan pada orang tua.

Berdasarkan data awal melalui wawancara yang dilakukan oleh peneliti kepada ibu yang memiliki anak tunagrahita ditemukan bahwa mengasuh anak tunagrahita memerlukan kesabaran ekstra. Ibu sering mengalami emosi yang tidak stabil akibat tekanan ketika menghadapi ketidakmampuan anak dalam

melakukan aktivitas sesuai dengan tahap perkembangan, sehingga anak sulit melakukan aktivitas sehari-hari tanpa bantuan orang tua, terutama ibu yang memiliki peran sentral dalam pengasuhan (Purnomo & Kristiana, 2016).

Kondisi ini dapat meningkatkan tingkat kelelahan dan beban pengasuhan, yang berisiko menyebabkan stres kronis dan gangguan emosional pada ibu. Sama seperti yang ditemukan Shin (2006), penelitian ini juga menunjukkan adanya disparitas dalam tingkat stres pengasuhan antara ibu dan ayah, di mana ibu cenderung mengalami stres yang lebih tinggi (Maysa & Khairiyah, 2019).

Perbedaan karakteristik anak menjadi salah satu penyebab utama stres yang dialami oleh ibu (Purnomo & Kristiana, 2016). Anak tunagrahita seringkali mengalami kesulitan dalam mengembangkan keterampilan hidup sehari-hari yang dibutuhkan untuk beradaptasi dengan lingkungan, serta keterbatasan dalam perkembangan keterampilan intelektual dan sosial (Maranata, 2023). Tantangan dalam mengasuh anak dengan keterbatasan membuat ibu seringkali merasa cemas, khawatir, dan putus asa, yang pada akhirnya dapat berdampak pada kesehatan mental mereka.

Ketika seorang ibu merasa stres, ia cenderung kurang sabar, kurang konsisten dalam memberikan perhatian dan kasih sayang kepada anak, sehingga kualitas pengasuhannya menurun. Menurut Ahern (2004), stres yang dialami orang tua dapat meningkatkan risiko terjadinya kekerasan pada anak, mulai dari tindakan fisik hingga bentuk-bentuk penyiksaan yang lebih parah.

Salah satu harapan yang paling mendasar bagi orang tua dengan anak tunagrahita adalah dapat menjalani proses pengasuhan yang lebih santai dan tidak terlalu membebani emosi mereka. Sama seperti orang tua pada umumnya, orang tua dengan anak berkebutuhan khusus juga memiliki keinginan kuat untuk memberikan pengasuhan terbaik bagi anak mereka, meskipun harus menghadapi tantangan yang berbeda. Kenyataannya, orang tua dengan anak tunagrahita seringkali menghadapi tekanan yang lebih besar dan mengalami tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan dengan orang tua pada umumnya. Sebab permasalahan yang dihadapi para orang tua dengan anak yang

menyandang tunagrahita lebih kompleks gangguan, baik keterlambatan dari kognitif, perkembangan, komunikasi, dan sosial-emosionalnya (Widiastusi & Astra, 2019).

Fitriani & Ambarini (2013) dalam penelitian mereka mengungkapkan karakteristik pribadi seorang ibu, seperti sifatnya, cara berpikirnya, dan kemampuannya dalam mengatasi masalah, dapat mempengaruhi tingkat stres yang dialaminya dalam pengasuhan.

Kobasa (1979) mengemukakan bahwa kepribadian dapat menjadi sumber kekuatan bagi seseorang untuk bertahan dalam situasi yang penuh tekanan. Individu yang mampu mempertahankan kesehatan mental dan fisik di tengah tingkat stres yang tinggi cenderung memiliki struktur kepribadian yang unik dibandingkan dengan mereka yang rentan terhadap dampak negatif stres. Orang-orang yang kuat menghadapi tekanan itu punya sifat khusus yang kita sebut "*hardiness*".

Untuk menjaga kesehatan mental dan fisik, seorang ibu perlu memiliki sikap *hardiness*. *Hardiness* merupakan karakteristik kepribadian yang berfungsi sebagai sumber ketahanan dalam menghadapi serta mengurangi dampak situasi yang penuh tekanan (Kobasa, 1979).

Selain itu, Menurut Baherah (2018), Karakteristik individu dengan *hardiness* tinggi meliputi perencanaan yang matang, kemampuan mengatur diri, serta komitmen yang kokoh terhadap tujuan mereka, bahkan di bawah tekanan. Peristiwa ini menunjukkan bahwa orang dengan karakteristik *hardiness* memiliki kemampuan untuk mengendalikan situasi dan bersikap terbuka terhadap perubahan. Sejalan dengan temuan Delahajj (2010), individu dengan tingkat *hardiness* yang tinggi menunjukkan kemampuan yang lebih baik dalam menghadapi situasi yang penuh

tekanan, melihat situasi yang cenderung menimbulkan stres sebagai sesuatu yang tidak mengancam, dapat mengendalikan situasi tersebut, dan bahkan mampu mengambil pelajaran dari pengalaman tersebut. Auliya & Darmawanti

(2014) menemukan bahwa ibu dengan *hardiness* tinggi cenderung memiliki locus of control internal, meyakini bahwa mereka memiliki kendali atas situasi dan mampu mengatasi masalah, serta mampu menemukan solusi yang tepat untuk menyelesaikannya. Selain sifat pribadi yang kuat, dukungan dari orang sekitar juga bisa mengurangi stres ibu yang punya anak berkebutuhan khusus (Purnomo & Kristiana, 2016).

Dukungan sosial dari suami memiliki peran penting ketika seseorang menghadapi tekanan (Safitri & Hapsari, 2013). Dukungan sosial merujuk pada perasaan diterima, dihargai, dan menjadi bagian dari suatu kelompok. Hal ini memiliki dampak positif yang signifikan terhadap kesehatan mental dan fisik individu (Taylor, 2011).

Suami berperan penting dalam membuat ibu yang punya anak berkebutuhan khusus merasa lebih bahagia dan sehat. Kehidupan dukungan tersebut membantu ibu menghadapi situasi yang sulit, meningkatkan kemampuan beradaptasi, dan memberikan kekuatan saat menghadapi masalah (Safitri & Hapsari, 2013). Ketika seorang ibu mendapatkan dukungan dari suami, ia cenderung lebih tenang dalam menghadapi tekanan, karena dukungan ini dapat membantunya mengurangi respon negatif terhadap suatu masalah (Kurnia et al., 2019).

Penelitian Ayala-Nunes (2016) menemukan bahwa ibu yang kurang mendapat dukungan sosial dari suami cenderung merasa tidak puas, sehingga lebih rentan mengalami tekanan psikologis yang lebih besar. Sebaliknya, ibu yang menerima dukungan sosial serta tanggapan yang simpatik dari suami lebih kecil kemungkinannya untuk mengalami dampak negatif dari situasi yang penuh tekanan.

Dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh positif antara beban pengasuhan dan pentingnya *hardiness* sebagai mekanisme koping. Semakin besar beban pengasuhan, semakin krusial peran *hardiness* dalam mengurangi dampak stres. Berdasarkan temuan-temuan penelitian terdahulu dan realita yang dihadapi oleh ibu dengan anak tunagrahita, peneliti tertarik untuk

mengkaji lebih lanjut mengenai “Pengaruh *Hardiness* dan Dukungan Sosial Suami terhadap Stress Pengasuhan Ibu yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus; Tunagrahita di Tulungagung”.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Mengacu pada uraian di atas, penelitian ini bertujuan untuk menjawab pertanyaan penelitian berikut:

- a. Ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus merasa kesulitan dan rentan mengalami stres pengasuhan.
- b. Ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus perlu mendapatkan dukungan dari pasangan.
- c. Rendahnya sikap *hardiness* memicu seorang ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus mengalami stres, depresi, dan kecemasan.

## **1.3 Rumusan Masalah**

Berdasarkan penjelasan di atas, masalah yang ingin kita teliti adalah:

- a. Adakah pengaruh *hardiness* terhadap stres pengasuhan pada Ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus; tunagrahita?
- b. Adakah pengaruh dukungan sosial suami terhadap stress pengasuhan pada Ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus; tunagrahita?
- c. Apakah terdapat pengaruh *hardiness* dan dukungan sosial suami terhadap stres pengasuhan pada Ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus; tunagrahita?

## **1.4 Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar kontribusi *hardiness* dan dukungan sosial terhadap stres pengasuhan pada ibu dengan anak berkebutuhan khusus; tunagrahita.

- a. Mengetahui pengaruh *hardiness* terhadap stres pengasuhan pada Ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus; tunagrahita

- b. Mengetahui pengaruh dukungan sosial suami terhadap stres pengasuhan pada Ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus; tunagarhita
- c. Mengetahui pengaruh *hardiness* dan dukungan sosial suami terhadap stres pengasuhan pada Ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus; tunagarhita.

### **1.5 Manfaat Penelitian**

Tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk memberikan manfaat berupa:

- a. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat mengisi kekosongan penelitian sebelumnya dan membuka peluang untuk penelitian lebih lanjut di bidang psikologi sosial dan psikologi perkembangan. Dengan demikian, temuan penelitian ini diyakini akan berguna dalam memahami bagaimana pengaruh stres pengasuhan serta pengaruh dukungan sosial terhadap kemampuan ibu dalam menghadapi tantangan pengasuhan anak berkebutuhan khusus; tunagarhita.

- b. Manfaat Praktis

- a) Bagi ibu dengan anak berkebutuhan khusus

Tujuan utama penelitian ini adalah untuk memberikan informasi yang dapat membantu ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus dalam mengelola stres dan meningkatkan kesejahteraan mereka.

- b) Bagi Suami

Tujuan utama penelitian ini adalah untuk memberikan kontribusi dalam meningkatkan kualitas dukungan sosial suami yang diberikan kepada Ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus.