

Gambaran Parenting Stress dan Coping Stress Pada saat Pertama Kali Orangtua Mengetahui Anaknya merupakan Anak Berkebutuhan Khusus

Nur Asra Paputungan¹, Retno Hanggarani Ninin²

Email: Nur20017@mail.unpad.ac.id¹

Universitas Padjadjaran^{1,2}

Abstrak

Penelitian mengenai anak berkebutuhan khusus sampai dengan saat ini masih menjadi isu yang menarik untuk dikaji, banyak penelitian mengenai anak berkebutuhan khusus yang telah dipublikasikan di berbagai negara. Pada umumnya penelitian tersebut berfokus pada faktor personal anak berkebutuhan khusus itu sendiri, dan juga pada faktor keluarga. Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan informasi dari orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus ketika pertama kali mereka mengetahui kondisi anaknya, hal ini dapat dimanfaatkan sebagai penanganan awal yang akan dilakukan oleh seorang psikolog atau human service lainnya ketika memberikan konseling atau terapi dalam kasus orang tua yang serupa. Penelitian ini dilakukan berfokus pada gambaran parenting stress dan coping stress yang dilakukan orangtua pada saat pertama kali mengetahui anaknya merupakan anak berkebutuhan khusus, dengan menggunakan metode penelitian kualitatif berupa wawancara. Partisipan yang menjadi subjek penelitian ini merupakan orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus 4-6 tahun. Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan, disimpulkan bahwa orang tua saat pertama kali mengetahui anaknya merupakan anak berkebutuhan khusus mengalami parenting stress, tetapi dalam hal ini mereka akan menyelesaikan dengan coping stress yang berfokus pada masalah.

Kata Kunci: Parenting Stress; Coping Stress; Anak Berkebutuhan Khusus.

Abstract

Research on children with special needs is still an interesting issue to be studied, many studies on children with special needs have been published in various countries. In general, the study focuses on personal factors of children with special needs themselves, and also on family factors. This study aims to obtain information from parents who have children with special needs when they first know the condition of their children, this can be used as an initial treatment that will be carried out by a psychologist or other human service when providing counseling or therapy in the case of similar parents. This study was conducted focusing on the description of parenting stress and coping stress carried out by parents when they first knew their children were children with special needs, using qualitative research methods in the form of interviews. The participants who were the subjects of this study were parents who had children with special needs 4-6 years. Based on the results of the analysis conducted, it was concluded that parents when they first know their children are children with special needs experience parenting stress, but in this case they will solve with coping stress that focuses on problems.

Keywords: Parenting Stress; Coping Stress; Children with Special Needs.

PENDAHULUAN

Anak berkebutuhan khusus adalah anak yang memerlukan penanganan khusus karena adanya gangguan perkembangan dan kelainan yang dialami anak tersebut. Berkaitan dengan istilah disability, maka anak berkebutuhan khusus adalah anak

yang memiliki keterbatasan di salah satu atau beberapa kemampuan baik itu bersifat fisik maupun Psikis.

Kementrian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia 2013, menjelaskan bahwa anak berkebutuhan khusus adalah:

“Anak yang mengalami keterbatasan atau keluarbiasaan, baik fisik, mental-intelektual, sosial, maupun emosional, yang berpengaruh secara signifikan dalam proses pertumbuhan atau perkembangannya dibandingkan dengan anak-anak lain yang seusia dengannya”.

Anak berkebutuhan khusus membutuhkan sesuatu yang khusus untuk perkembangan diri mereka, dalam hal ini untuk memberikan model pengasuhan yang tepat bagi ABK, orang tua perlu memahami bagaimana perilaku anak dan kesulitan apa saja yang dihadapi anak (Lambrechts, 2011). Selain memenuhi kebutuhan sehari-hari, kenyamanan dan kasih sayang bagi ABK, orang tua harus belajar untuk melatih anak menguasai keterampilan dasar dan sosial yang lebih rumit jika dibandingkan anak normal lainnya.

Tantangan-tantangan yang besar dalam mengasuh anak ABK dapat menjadi salah satu faktor yang membuat orang tua mengalami stres. Stres merupakan respon individu yang meliputi stimulasi, kejadian, peristiwa, respon, dan interpretasi individu yang menyebabkan timbulnya ketegangan di luar kemampuan seseorang untuk mengatasinya (Santrock 2007; Kusumastuti, 2014). Penelitian telah menunjukkan bahwa memiliki anak ABK adalah prediktor terbesar stres

dibandingkan dengan penyebab stress yang lain pada orang tua (Lyons, Leon, Phelps, & Dunleavy, 2010).

Mendapatkan buah hati merupakan salah satu kebahagiaan yang dirasakan setiap orang tua pada umumnya, tetapi dalam hal ini berbeda ketika orang tua memiliki anak berkebutuhan khusus, banyak hal yang dirasakannya seperti merasa stress, cemas, apa sih yang akan dilakukannya ke depan, bagaimana yang akan dilakukannya, apakah orang-orang sekitar menerimanya. Dalam hal ini, berdasarkan fenomena yang terjadi peneliti ingin mengetahui dan menggali lebih dalam melalui teori Parenting Stress dan Coping Stress pada orangtua yang memiliki Anak Berkebutuhan Khusus (ABK).

KAJIAN PUSTAKA

Parenting Stress

Stres pengasuhan merupakan kondisi atau keadaan orang tua yang mengalami kecemasan atau ketegangan khususnya terkait dengan peran orang tua dalam mengasuh anak serta hubungan interaksi antara orang tua dan anak. Ahern (2004) mendefinisikan parenting stress sebagai perasaan cemas dan tegang yang melampaui batas dan secara khusus berhubungan dengan peran orang tua dan interaksi orang tua dengan anak.

Model stres pengasuhan Abidin (Ahern, 2004:1) menjelaskan bahwa stres juga memungkinkan untuk mendorong ke arah tidak berfungsinya pengasuhan orang tua terhadap anak. Sedangkan DeaterDeckard (2004:6) salah seorang pakar perkembangan mendefinisikan stres pengasuhan sebagai serangkaian proses yang membawa orang tua pada suatu kondisi psikologis yang tidak disukai dan reaksi psikologis yang muncul sebagai usaha untuk beradaptasi dengan tuntutan peran sebagai orang tua.

Hidangmayun (2010) menambahkan bahwa stres pengasuhan umumnya mengacu pada kondisi atau perasaan yang dialami ketika orang tua memahami sesuatu sebagai tuntutan. Stres pengasuhan mengacu pada kondisi atau perasaan yang dialami ketika orang tua merasa bahwa tuntutan yang terkait dengan pengasuhan melebihi sumber daya pribadi dan sosial yang tersedia untuk memenuhi tuntutan tersebut (Deater-Deckard & Scarr, 1996).

Aspek-aspek stres pengasuhan menurut Abidin, **Aspek pertama** adalah Parental Distress (Stres orang tua). Parental Distress membahas tentang orang tua yang merasa stres di dalam kehidupan umum mereka dan stres dalam hidup mereka sejak mereka memiliki anak. Pada aspek parental distress mengukur perasaan orang tua tentang

peran pengasuhan mereka yang berhubungan dengan tekanan pribadi lainnya. Indikator Parental Distress menurut (Dardas & Ahmad, 2013) meliputi: 1) *Feeling of competence*, yaitu orang tua diliputi oleh tuntutan dari perannya dan merasa kurang akan kemampuannya dalam merawat anak. Hal ini dihubungkan dengan kurangnya pengetahuan orang tua dalam hal perkembangan anak dan keterampilan manajemen anak yang sesuai. 2) *Social Isolation*, yaitu orang tua merasa terisolasi secara sosial dan adanya ketidakhadiran dukungan emosional dari teman sehingga mengakibatkan tidak berfungsinya pengasuhan orang tua dalam bentuk mengabaikan anaknya. 3) *Restriction imposed by parent role*, yaitu adanya pembatasan pada kebebasan pribadi. Orang tua melihat dirinya sebagai hal yang dikendalikan dan dikuasai oleh kebutuhan dan permintaan anaknya. Perasaan ini menghilangkan identitas diri sebagai individu. Seringkali adanya kekecewaan dan kemarahan yang kuat yang dirasakan oleh orang tua. 4) *Marital Conflict*, yaitu adanya konflik utamanya mungkin melibatkan ketidakhadiran dukungan emosi dan material dari pasangan serta konflik mengenai pendekatan dan strategi manajemen anak.

Aspek kedua adalah *Parent-Child Dysfunctional Interaction* (Disfungsi interaksi orang tua dan anak). *Parent-Child Dysfunctional Interaction* membahas mengenai kepercayaan orang tua terkait dengan anak-anak mereka dalam memenuhi harapan orang tua, berfokus pada sejauh mana anak memperkuat orang tua dan sejauh mana anak dapat memenuhi harapan orang tua. Indikator parent-child dysfunctional interaction (Dardas & Ahmad, 2013) meliputi 1) *View of expectations*, yaitu sebagai orang tua mempunyai harapan kepada anak untuk masa depannya. Tetapi harapan ini dapat membuat interaksi orang tua anak dari hal yang seharusnya memberikan dampak positif kemudian memberikan yang sebaliknya yaitu dampak negatif. 2) *Interaction with their child*, yaitu bahwa interaksi dengan anak harus dilakukan secara langsung dan sesering mungkin. Sebagai orang tua interaksi dengan anak adalah hal yang sangat perlu dilakukan setiap harinya agar meningkatkan kelekatan antara orang tua dan anak. Apabila interaksi dengan anak menjadi jarang maka kelekatan yang terjalin akan berkurang.

Aspek ketiga adalah *Difficult Child* (Perilaku Anak Yang Sulit). *Difficult Child* membahas karakteristik anak yang

mungkin dapat berkontribusi terhadap stres orang tua. Aspek *difficult child* ini mewakili perilaku yang sering dilakukan anak-anak yang membuat pengasuhan menjadi lebih mudah atau bahkan lebih sulit. Indikator *difficult child* menurut (Dardas & Ahmad, 2013) meliputi 1) *Child temperament*, yaitu anak lebih banyak jujur dalam segala hal yang dilakukannya. Dapat mudah marah ketika sedang melakukan hal yang tidak disukai, dan cepat bergembira jika mendapatkan sesuatu yang diinginkan. Temperamen disini berupa emosi yang dirasakan oleh anak. 2) *Child demands*, yaitu anak lebih banyak membuat permintaan terhadap orang tua berupa perhatian dan bantuan. Umumnya anak-anak sulit melakukan segala sesuatu secara mandiri dan mengalami hambatan dalam perkembangannya. 3) *Compliance*, yaitu anak dalam pemenuhan segala sesuatu sangat bergantung pada orang tua. Tidak jarang anak akan selalu meminta hal yang diinginkan langsung kepada orang tua tanpa melihat situasi dan kondisi yang terjadi.

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi persepsi dan sebagai faktor penentu stres pengasuhan menurut Johnston dkk (2003) yaitu : 1) *Child Behavioral Problems*, masalah perilaku anak secara signifikan terkait dengan stres orang tua secara

keseluruhan, serta dengan perasaan ibu tentang kompetensi dan penerimaan ibu. 2) *Child Intelligence*, fungsi kognitif anak akan signifikan terkait dengan stres ibu, namun fungsi kognitif tidak terkait dengan variabel hasil. Hal ini karena stres pengasuhan lebih terkait dengan tantangan mengelola perilaku yang sulit daripada mengatasi gangguan mental anak. 3) *Child Age*, ketika anak yang mengalami keterlambatan perkembangan bertambah usia, stres keluarga meningkat ketika orang tua mengembangkan pandangan yang lebih realistis tentang masa depan anak. 4) *Family Cohesion*, kohesi keluarga secara signifikan berkorelasi dengan stres dan isolasi orang tua. Ibu akan mengalami stres dan perasaan terisolasi yang rendah dan merasa lebih percaya diri dalam keterampilan mengasuh anak mereka ketika mereka memiliki bantuan dan dukungan dari anggota keluarga lainnya. 5) *Family Income*, dampak status sosial ekonomi dan dukungan keluarga berdampak pada stres ibu untuk mengasuh anak-anak. Demi memenuhi kebutuhan keuangan dasar keluarga, orang tua dapat menggantikan waktu orang tua untuk memanfaatkan dukungan dan informasi sehingga mengakibatkan penurunan kemampuan untuk menerima anaknya. 6) *Maternal Psychological Well Being*, kesejahteraan psikologis pada ibu meliputi

aspek perasaan terisolasi dan penerimaan. Jika seorang ibu sedang menderita permasalahan psikologis berat, ibu mungkin tidak memiliki sumber daya pribadi yang cukup tersedia untuk orang lain atau anaknya, dengan demikian meningkatnya perasaan terisolasi dan kurangnya kepercayaan diri terkait dengan keterampilan pengasuhan dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis

Adapun faktor-faktor yang mendorong timbulnya stres pengasuhan dapat dibedakan menjadi tiga tingkatan menurut Lestari (2013), yaitu : 1) Individu, pada faktor stres pengasuhan dalam tingkatan individu, hal ini dapat bersumber dari pribadi orang tua dan anak. Kesehatan fisik pada orang tua dapat menjadi faktor yang mendorong timbulnya stres pengasuhan, misalnya sakit yang dialami orang tua dan berlangsung dalam jangka panjang. Selain kesehatan fisik, kesehatan mental dan emosi orang tua yang kurang baik juga dapat mendorong timbulnya stres. 2) Keluarga, faktor pengasuhan pada tingkatan keluarga dapat bersumber dari masalah keuangan dan struktur keluarga. Pada aspek keuangan dapat berupa tingkat penghasilan keluarga yang rendah dan dihadapkan pada tuntutan kebutuhan yang tinggi atau kualitas tempat tinggal yang buruk. Dari segi struktur keluarga, faktor

tersebut atau kualitas tempat tinggal yang buruk. Dari segi struktur keluarga, faktor tersebut dapat berupa jumlah anggota keluarga yang banyak. Dulu, keluarga dengan enam anak adalah hal yang biasa. Namun pada masa sekarang, mudah dibayangkan betapa keluarga yang demikian akan penuh tekanan dalam proses pengasuhan. Aspek ini juga dapat berupa pengasuhan anak yang dilakukan sendiri tanpa adanya keterlibatan pasangan dalam mengasuh anak atau karena menjadi orang tua tunggal. Selain itu, hubungan yang penuh dengan konflik, baik antar pasangan maupun orang tua dan anak, sangat berpotensi menimbulkan stres pengasuhan (Lestari, 2013:43-44). 3) Lingkungan, pada faktor pengasuhan pada tingkatan lingkungan dapat berasal dari lingkungan di sekitar orang tua maupun anak. Kondisi stres dapat berlangsung dalam jangka pendek, situasional atau aksidental, bila sumber stres pengasuhan lebih dominan pada situasi lingkungan. Namun bila tidak segera diatasi atau dikelola dengan baik, kondisi stres dapat berlangsung dalam jangka panjang (Lestari, 2013:44)

Coping Stress

Coping stress sebagai upaya untuk mengatasi stres. Coping berasal dari kata “COPE” yang berarti lawan, mengatasi menurut Sarafino (dalam Smet 1994).

Coping sebagai suatu proses dimana individu mencoba untuk mengelola stres yang ada dengan cara tertentu. Menurut Lazarus & Folkman (Smet, 1994) coping adalah suatu proses di mana individu mencoba untuk mengelola jarak yang ada antara tuntutan-tuntutan (baik itu tuntutan yang berasal dari individu maupun tuntutan yang berasal dari lingkungan) dengan sumber-sumber daya yang mereka gunakan dalam menghadapi situasi stressfull. Ada dua tipe coping yang biasanya dapat menurunkan stress yaitu problem-focused coping dan emotion focused coping.

Orang tua yang memiliki ABK sebenarnya masih dapat memaknai hidupnya walaupun berada dalam situasi yang dapat menimbulkan stres. Orang tua yang memiliki ABK dapat memaknai hidupnya dengan cara melakukan hal-hal positif terhadap perkembangan anaknya seperti mencari bantuan medis, mengikuti seminar mengenai ABK, dan yang menjadi alasan orang tua bertahan dalam kondisi seperti ini karena orang tua yakin dibalik setiap kekurangan pasti ada kelebihan yang dimiliki anaknya, dan terutama mendapat dukungan dari keluarga, teman, dan sesama orang tua yang memiliki ABK.

Penelitian yang dilakukan Glidden (2006) menjelaskan bahwa orang tua yang memilih strategi problem focused coping

memiliki hasil positif dalam menanggulangi stresnya. Hal ini didukung oleh Frey, Greenberg dan Fewell (dalam Cynthia, 2012) yang menyatakan bahwa orang tua yang melakukan suatu perencanaan dan mencari dukungan sosial berhasil mengurangi stres secara psikologis. Berdasarkan hasil wawancara dengan subjek, strategi yang dilakukan setiap orang tua berbeda-beda karena pemilihan strategi coping orang tua sangat penting untuk menentukan perkembangan anaknya.

Orang tua yang menggunakan problem focus coping melakukan upaya yang memungkinkan anaknya terus berkembang seperti memasukkan anaknya ke sekolah inklusi, sedangkan orang tua yang menggunakan emotion focused coping beranggapan bahwa setelah memasukkan anaknya ke sekolah inklusi tidak ada perubahan dalam perkembangan anaknya.

Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi perencanaan strategi coping pada orang tua yang memiliki ABK yaitu usia. Usia merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi terjadinya coping. Hal ini berhubungan dengan kemampuan individu untuk memperhatikan tuntutan hidup yang semakin bertambah sesuai dengan tingkat usia tersebut. Menurut Lazarus (Biren dan Schale, 1996) bahwa struktur psikologis

berubah sesuai dengan tingkat umurnya, sehingga akan menghasilkan reaksi yang berbeda-beda dalam menghadapi stres. Sarafino (2006) mengatakan bahwa perilaku coping yang lebih sering digunakan oleh orang yang dewasa adalah yang berpusat pada pemecahan masalah (problem focused coping).

Salah satu faktor yang mempengaruhi coping stres pada individu yaitu jenis kelamin (Smet, 1994). Pria dan wanita cenderung memiliki cara yang berbeda dalam menghadapi masalah. Pria cenderung lebih tenang, rasional dan cuek (acuh), bila mengalami masalah ia cenderung diam dan menyelesaikannya dengan cara yang praktis atau rasional. Wanita lebih mengutamakan perasaan, ingin dimanja, dan penuh perhatian. Bila wanita mengalami masalah, maka ia akan menangis, mengadu, dan menyesali diri (Santrock, 2002). Status sosial ekonomi dan tingkat pendidikan dapat mempengaruhi pemilihan jenis strategi coping. Individu dengan status sosial ekonomi tinggi cenderung menggunakan strategi coping yang adaptif (Haan dalam Holahan & Moos, 1987). Begitu pula pada individu dengan pendidikan yang tinggi cenderung menggunakan strategi problem-focused coping (Billing & Moos dalam Holahan & Moos, 1987).

Bentuk – Bentuk Coping Stress

Lazarus dan Folkman (dalam Sarafino ; 1997) secara umum membedakan bentuk dan fungsi coping dalam dua klasifikasi yaitu sebagai berikut: A) Coping yang berfokus pada masalah (problem-focused coping) adalah strategi untuk penanganan stress atau coping yang berpusat pada sumber masalah, individu berusaha langsung menghadapi sumber masalah, mencari sumber masalah, mengubah lingkungan yang menyebabkan stress dan berusaha menyelesaikannya sehingga pada akhirnya stress berkurang atau hilang. Untuk mengurangi stressor individu akan mengatasi dengan mempelajari cara-cara atau keterampilan-keterampilan yang baru. Individu akan cenderung menggunakan strategi ini bila dirinya yakin akan dapat mengubah situasi karena individu secara aktif mencari penyelesaian dari masalah untuk menghilangkan kondisi atau situasi yang menimbulkan stress. Strategi ini akan cenderung digunakan seseorang jika dia merasa dalam menghadapi masalah dia mampu mengontrol permasalahan itu. B) Coping yang berfokus pada emosi (emotion-focused coping) adalah strategi penanganan stress dimana individu memberi respon terhadap situasi stress dengan cara emosional. Digunakan untuk mengatur respon emosional terhadap

stress. Pengaturan ini melalui perilaku individu bagaimana meniadakan faktafakta yang tidak menyenangkan. Bila individu tidak mampu mengubah kondisi yang menekan individu akan cenderung untuk mengatur emosinya dalam rangka penyesuaian diri dengan dampak yang akan ditimbulkan oleh suatu kondisi atau situasi yang penuh tekanan. Individu akan cenderung menggunakan strategi ini jika dia merasa tidak bisa mengontrol masalah yang ada.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dirancang menggunakan metode kualitatif. Adapun karakteristik partisipan dalam penelitian ini merupakan orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus berumur 4-6 tahun hal ini dikarenakan agar pengalaman yang dirasakannya belum terlalu jauh sehingga data masih bisa digali lebih dalam dan juga dikarenakan umur 4-6 tahun merupakan anak yang seharusnya masuk dunia pra sekolah. Sehingga dalam hal ini peneliti mengambil subjek orang tua yang memiliki anak tersebut.

Alat ukur yang dipergunakan dalam penelitian ini yaitu interview. Sebelum dilakukan pengambilan data, peneliti memberikan informed consent kepada orangtua subjek sebagai bentuk kesediaan

untuk berpartisipasi dalam penelitian. Dalam hal ini interview dilakukan offline.

Pengolahan data dilakukan dengan koding melalui traskrip verbatim, disini peneliti berperan sebagai coder pertama, lalu co-author sebagai coder kedua. Pengukuran validitas data dari penelitian ini menggunakan metode triangulasi. Triangulasi adalah suatu cara mendapatkan data yang benar-benar absah dengan menggunakan pendekatan metode ganda. Triangulasi juga teknik pemeriksaan keabsahan data dengan cara memanfaatkan sesuatu yang lain di luar data itu sendiri, untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembandingan terhadap data itu sendiri. Metode triangulasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah interview yang dilakukan dengan partisipan, interview bersama Ibu partisipan yang berperan sebagai pendamping dan juga memberikan konfirmasi atas jawaban partisipan, dan juga gambar proyeksi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Subjek 1

Nama	MH (Ibu)
Usia	55 Tahun
Pendidikan terakhir	SMA
Usia anak	6
Jenis Kelamin	Perempuan

Subjek 1, memiliki anak ke-4 yang merupakan anak berkebutuhan khusus. Tiga anak lainnya merupakan anak yang normal. Subjek awalnya merasa tidak ada yang berbeda dengan anak ini, tetapi ketika sudah mulai tiga tahun subjek merasa kaget dengan keterbatasan berbicara yang dialami oleh anaknya. Pada saat itu subjek mulai khawatir dengan keadaan anaknya dan tidak percaya akan hal yang terjadi pada anaknya.

Subjek mengatakan : *“Memang pertama saya berpikir, akan seperti apa anak ini nanti, karena anak yang memiliki kekurangan menjadi banyak hal-hal yang timbul di benak saya sebagai seorang ibu, namun pada akhirnya yang saya amati pada anak ini banyak sifat-sifat yang tidak sejalan dengan pemikiran saya”*.

Subjek saat ini sudah bisa menerima keadaan anaknya sekarang, dimana subjek melihat anaknya masih bisa memahami apa yang dikatakan oleh subjek, walaupun sulit dalam mengatakan sesuatu, subjek mengatakan : *“Saya sebagai ibu merasa senang dan bahagia walaupun anak saya punya kekurangan dalam hal berbicara, saya berharap anak ini tetap bisa sekolah seperti layaknya anak yang normal”*.

Kemudian subjek juga mengatakan bahwa : *“Dengan keadaan anak saya yang seperti ini , saya selalu mengutamakan kebutuhan*

anak ini daripada tugas yang saya mau kerjakan/laksanan setiap hari". Dalam hal ini, subjek memilih untuk lebih memperhatikan kebutuhan anak ini dibandingkan urusan lainnya.

Subjek juga mendapat dukungan dari suami subjek yang merupakan seorang guru SD, subjek mengatakan : *"Suami saya menerima keadaan anak yang berkebutuhan khusus dengan senang hati, seakan menganggap anak ini anugerah atau amanah dari Allah SWT"*. Kemudian subjek juga mendapat dukungan yang baik dari keluarganya, subjek mengatakan : *"Keluarga saya merespon dengan baik kepada anak ini, mereka menerima kehadiran anak ini juga dengan baik dan selaly memperhatikan anak ini di bandingkan anak yang lain"*.

Kemudian subjek juga mendapat respon yang baik dari teman ataupun kerabat yang dimiliki subjek. Subjek mengatakan : *"Teman saya menganggap anak ini sama dengan anak-anak lainnya saja, saya merasa mereka tidak membeda-bedakan anak ini"*.

Dalan hal ini, subjek memiliki kekhawatiran yang akan terjadi pada anak ini. Subjek mengatakan bahwa : *"Kekhawatiran saya yaitu, setelah anak ini dewasa jangan sampai dia merasa tersisi*

dan dijauhi oleh teman-teman disekitarnya".

Subjek juga memiliki harapan pada anak ini yaitu *"saya sebagai ibu, berharap anak ini bisa hidup bersama teman-teman disekitarnya"*. Maka dengan adanya harapan dan kekhawatiran yang dimiliki subjek, subjek mengatakan bahwa dirinya akan selalu membimbing anak supaya jangan nanti anak ini dijauhi oleh teman-teman, oleh kerabat maupun oleh orang-orang disekitarnya.

Subjek mengatakan bahwa ada beberapa tindakan yang akan dilakukan dirinya sebagai ibu untuk menjaga anaknya yaitu :

1. Subjek akan selalu mengawasi anak, memberikan bimbingan dan nasihat, memperhatikan, serta mengontrol keadaan anak dalam aktivitasnya sehari-hari.
2. ketika anak di rumah, subjek akan tetap mengajari anak ini untuk mengaji walaupun dia anak yang berkebutuhan khusus.
3. Kemudian menurut subjek 1, pendidikan anak berkebutuhan khusus dilakukan dengan cara didaftarkan ke sekolah luar biasa (SLB) untuk mendapatkan ilmu pendidikan sebagai bekal hidup untuk masa depannya.

Subjek 2

Nama	MI (Ibu)
Usia	40 Tahun
Pendidikan terakhir	S1 IAIN Tarbiyah Keguruan
Usia anak	5 tahun
Jenis Kelamin	Laki-laki

Subjek 2, memiliki anak ke-2 yang merupakan anak berkebutuhan khusus. anak pertamanya merupakan anak yang normal. Subjek awalnya memiliki perasaan suka dan duka dengan adanya kehadiran anak tersebut. Subjek mengatakan : “Pada saat saya mengetahui anak saya lambat dalam merespon apa yang dikatakan, saya merasa sangat sedih, dan ketika tahu ternyata anak saya memiliki kekurangan dan berbeda dengan kakaknya”.

Subjek 2 memiliki tanggapan bahwa anak berkebutuhan khusus ini tidak sama dengan anak-anak yang lain, karena memiliki perbedaan dalam anak yang membedakan dengan anak lainnya.

Ketika mengetahui anaknya memiliki anak memiliki keistimewaan dibandingkan dengan yang lainnya, subjek memaknakan anak tersebut sebagai Amanah yang diberika Allah SWT. Subjek mengatakan : “Saya dengan diberikan anak yang seperti

ini, merasa bersyukur kepada Allah SWT denga napa yang telah diberikan kepada saya, karena semua yang terjadi di dunia ini adalah kehendaknya, saya juga menanggapi anak ini merupakan Amanah dari Allah yang harus kita banggakan tanpa memandang apapun atau membanding-bandingkan dengan siapapun juga”.

Kemudian subjek juga mengatakan bahwa : “saya selalu memposisikan anak terlebih dahulu dibanding dengan pekerjaan-pekerjaan yang saya lakukan, karena anak yang memiliki kebutuhan khusus ternyata tidak sama dengan anak-anak yang lain”.

Dalam hal ini, subjek selalu memprioritaskan kebutuhan anaknya, karena subjek mengetahui anak ini memiliki kebutuhan yang sangat berbeda dengan anak lainnya.

Subjek juga mendapat dukungan dari suami subjek yang merupakan seorang PNS, subjek mengatakan : “Suami saya menerima anak tersebut, suami saya selalu bermain dengan anak laki-laki saya setiap harinya, anak saya sangat dekat dengan suami saya”. Kemudian subjek juga mendapat dukungan yang baik dari keluarganya, subjek mengatakan : “Keluarga saya menerima dengan baik, tanpa membeda-bedakan anak ini”.

Kemudian subjek juga dalam lingkungan kerabat atau teman mengatakan, bahwa dirinya tidak mendapat tanggapan apapun, ia mengatakan :*“Selama ini teman-teman saya bersikap tidak ada tanggapan terkait anak saya, mereka juga selalu bersikap biasa-biasa saja dengan saya”*.

Dalam hal ini, subjek memiliki kekhawatiran yang akan terjadi pada anak ini. Subjek mengatakan bahwa : *“Kekhawatiran saya yaitu, anak saya tidak bisa menggapai cita-cita dimasa datang sebagai implementasi merubahnya zaman”*.

Subjek juga memiliki harapan pada anak ini yaitu *“saya sebagai ibu, berharap anak ini punya bekal ilmu dalam menghadapi perubahan zaman sekarang”*.

Maka dengan adanya harapan dan kekhawatiran yang dimiliki subjek, subjek mengatakan bahwa dirinya akan mendidik anaknya dengan Pendidikan keagamaan sebagai modal untuk merubah zaman yang semakin maju penuh dengan kecanggihan. Subjek mengatakan bahwa : *“saya akan mengawal sampai anak saya mengetahui ilmu-ilmu agama, selain mendapat ilmu dari sekolah, saya juga akan mendidiknya di rumah lebih-lebih dengan ilmu yang berguna seperti saya pertama akan mengajarkan anak untuk membaca Al-Quran”*.

Kemudian, menurut subjek 2 pendidikan anak berkebutuhan khusus sangat diperlukan juga, dikarenakan Pendidikan anak harus berkelanjutan sampai anak akan mendapatkan ilmu yang bermanfaat, dan pendidikan anak yang berkebutuhan khusus perlu mendapatkan pembelajaran dan Pendidikan secara Inklusif. Subjek mengatakan *“Pendidikan inklusif merupakan pendekatan fleksibel terhadap organisasi sekolah, pengembangan kurikulum, fleksibel semacam itu memungkinkan untuk mengembangkan pedagogi yang lebih inklusi”*.

Subjek 3

Nama	R.I
Usia	30 tahun
Pendidikan terakhir	SMP
Usia anak	6 tahun
Jenis kelamin	Perempuan

Subjek 3, memiliki anak pertama yang merupakan anak berkebutuhan khusus. anak keduanya merupakan anak yang normal. Subjek awalnya merasa tidak terjadi apa-apa dengan anaknya, subjek melihat anaknya memiliki fisik yang normal seperti anak lainnya, hanya saja subjek merasa sangat sedih dan merasa tidak percaya saat mengetahui anaknya tidak bisa mendengar. Tetapi saat ini subjek sudah mulai menerima keadaan anaknya, Subjek mengatakan :*“saya*

awalnya sangat sedih ketika mengetahui ternyata putri pertama saya tidak bisa mendengar, tetapi sekarang saya sudah mulai menerima dengan senang, walaupun anak saya memiliki keurangan fisik dalam hal berkomunikasi, anak saya tuna rungu tetapi saya sangat senang ternyata anak saya memiliki keistimewaan dalam bidang melukis dan membuat”.

Subjek 3 mengatakan walaupun anaknya memiliki keterbatasan dalam pendengaran, anaknya tetap dapat berkomunikasi dengan anak-anak yang normal menggunakan bahasa isyarat, begitu juga ketika dia berkomunikasi dengan kedua orangtuanya, hal ini membuat subjek 3 merasa senang.

Kemudian dengan kehadiran anak berkebutuhan khusus, subjek 3 merasa sangat senang anaknya sudah mulai belajar membantu dirinya, ia mengatakan : *“Anak saya sudah mulai belajar membantu saya, ketika saya menyapu halaman dia juga ikut menyapu dengan saya, saya berharap dengan hal seperti itu ia bisa belajar seperti anak lainnya walaupun caranya berbeda dengan anak-anak normal”.*

Dengan adanya anak pertama yang memiliki kebutuhan khusus, suami subjek merasa senang dengan kehadiran anak tersebut, dikarenakan ayah subjek senang walaupun ada keterbatasan, anaknya memiliki kemampuan dibidang lain. Kemudian

subjek juga mendapat dukungan yang baik dari keluarganya, subjek mengatakan : *“Saya melihat keluarga saya menerima keadaan putri saya, ibu saya dan kakak-kakak saya mengatakan untuk selalu ikhlas karena ini adalah titipan hanya untuk orang-orang yang terpilih termasuk saya, makanya saya merasa keluarga saya juga sangat sayang kepada putri saya”.*

Kemudian subjek juga dalam lingkungan kerabat atau teman mengatakan, bahwa dirinya mendapat dukungan dari teman-temannya, subjek mengatakan : *“Teman dan kerabat tidak ada tanggapan, walaupun melihat kondisi anak saya tidak sama dengan anak-anak mereka. Bahkan mereka memberikan support agar saya mendidiknya dengan baik”.*

Dalam hal ini, subjek memiliki kekhawatiran yang akan terjadi pada anak ini. Subjek mengatakan bahwa : *“saya khawatir dengan kekurangannya ini, nantinya anak-anak yang normal akan memperolok-olokan kehidupannya”.*

Subjek juga memiliki harapan pada anak ini yaitu *“saya sebagai seorang ibu, mengharapkan anak ini bisa seperti anak yang normal bisa bersosialisasi dengan masyarakat”.* Maka dengan adanya harapan dan kekhawatiran yang dimiliki subjek, subjek juga mengatakan : *“saya berharap anak saya bisa baik perilakunya*

dan pengetahuannya juga, agar anak saya tak akan diremehkan oleh orang lain”.

Subjek 3 juga mengatakan bahwa : *“saya sebagai ibu, akan mendidik anak dengan pengetahuan, dan saya juga akan terus kontrol dengan dokter saya berharap anak saya bisa menggunakan alat bantu pendengaran sehingga dia bisa belajar seperti anak lainnya, dalam hal ini saya akan terus menjaga dirinya sampai dia dewasa nanti”.*

Kemudian, menurut subjek 3 pendidikan anak berkebutuhan khusus sangat diperlukan, karena menurut subjek : *“Pendidikan harus dipermantapkan untuk menunjang pengetahuan lainnya seperti agama, teknologi dan cara bergaul dengan masyarakat, saya juga melihat jika anak saya tetap tida bisa mendengar saya akan coba untuk terus melatih dan mengembangkan anak saya dalam melukis dan membatik tersebut, sehingga anak saya walaupun memiliki keterbatasan, ia memiliki prestasi lainnya walupun bukan dalam akademik”.*

PENUTUP

Penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran parenting stress dan coping stress pada saat pertama kali orangtua mengetahui anaknya merupakan anak berkebutuhan khusus, yang diharapkan dapat dijadikan sebagai penanganan awal

yang akan diberikan ketika seorang psikolog atau human service lainnya memberikan konseling atau terapi dalam kasus orang tua yang serupa.

Berdasarkan hasil pengambilan data, dapat disimpulkan bahwa ketiga subjek pada awalnya ketika mengetahui anaknya merupakan anak yang tidak normal atau merupakan anak yang berkebutuhan khusus, ketiga subjek merasa tidak percaya, khawatir akan sesuatu yang buruk terjadi pada anaknya, dan merasa sedih. Akan tetapi perasaan yang mereka alami dapat diatasi dengan adanya social support yang diterima oleh ketiga subjek tersebut. Social support yang mereka dapatkan berasal dari suami mereka yang menerima keadaan anaknya dan menganggap bahwa anak yang berkebutuhan khusus merupakan anugerah yang diberikan Allah SWT, selain dari suami mereka juga mendapat dukungan dari anggota keluarga lainnya serta dukungan dari teman/sahabat mereka. Dalam hal ini dapat dilihat dengan adanya lingkungan yang menerima keadaan anak mereka, akan memberikan dampak positif bagi ibu karena tidak merasa terisolasi dari lingkungannya.

Kemudian berdasarkan hasil pengambilan data dari ketiga subjek yang memiliki anak berkebutuhan khusus, mereka memiliki kekhawatiran terkait anak mereka yaitu

timbulnya perasaan khawatir akan anaknya karena dengan fisik seperti akan di olok-olok oleh teman-temannya yang normal, kemudian perasaan khawatir ketika anaknya dewasa nanti akan merasa tersisi serta dijauhkan oleh teman-teman lainnya dan juga tidak bisa menggapai cita-cita seperti anak lainnya.

Berdasarkan hal tersebut coping stress yang dilakukannya yaitu berfokus pada masalah bukan dari emosi yang ada pada ketiga subjek. Ketiga subjek memilih untuk tetap memberikan Pendidikan inklusi bagi anak-anak mereka, dan juga melihat potensi yang dimiliki anaknya kemudian dari potensi tersebut akan mulai dikembangkan. Sehingga dalam hal ini, cara tersebut merupakan Langkah awal yang akan dilakukan oleh ketiga subjek tersebut.

Pada penelitian saat ini masih ada beberapa hal yang harus dikembangkan, khususnya dari data dan informasi yang belum sepenuhnya lengkap. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat memberikan informasi lebih lanjut dengan memberikan tambahan informasi dari ayah bukan hanya ibu.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahern, L., S. (2004). Psychometric Properties of The Parenting Stress Index: Construct validity and normative data in large non-clinical sampel. *British Journal of Clinical Psychology*, 44, 227-239.
- Dardas, L. A. & Ahmad, M. M. (2013). Psychometric properties of the parenting stress index with parents of children with autistic disorder. *Journal of Intellectual Disability Research*, 58 (6), 560-571.
- Deater-Deckard, K. (2004). *Parenting Stress*. New Haven : Yale University Press.
- John W. Santrock (2007). *Perkembangan Anak*. Jilid 1 Edisi kesebelas. Jakarta : PT. Erlangga
- Lambrechts, Greet., Leeuwen, K. V., Boonen, Hannah., Maes, Bea., Noens, Ilse. (2011). Parenting behaviour among parents of children with autism spectrum disorder. *Research in Autism Spectrum Disorder*, 5, 1143-115\
- Lyons, A. M., Leon, S. C., Phelps, C. E. R., & Dunleavy, A. M. (2010). The impact of child symptom severity on stress among parents of children with asd: The moderating role of coping styles. *Journal of Child and Family Studies*, 19, 516524.
- Sarafino, E.P. (2006). *Health Psychology Biopsychosocial Interactions* (5th ed). USA : John Willey & Sons Inc.