

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Stres Pengasuhan

Berdasarkan dari Teori *Stress and Coping Theory* dari Lazarus dan Folkman (1984) yang menyatakan bahwa, stress terjadi ketika ada ketidakseimbangan antara tuntutan dari lingkungan atau situasi dengan sumber daya individu untuk mengatasi tuntutan tersebut. Sehingga stress adalah respon alami secara fisik atau emosional yang dirasakan individu sebagai respon terhadap perubahan, dan tekanan yang sedang dialami. Menurut WHO (2003), stress adalah reaksi/respon tubuh terhadap stressor psikososial (tekanan mental/beban kehidupan). Stres menurut *National Safety Council* (2019) adalah Stres adalah ketegangan fisik atau emosional yang berasal dari situasi yang menuntut. Beberapa jenis stres bersifat positif dan jangka pendek. Stres memiliki efek negatif atau dapat berlangsung lebih lama ketika Individu terasa tertekan atas situasi yang tidak dapat individu kendalikan, atau ketika individu terasa kewalahan oleh suatu situasi yang membuat stres terjadi sekaligus. Stres yang tidak terkendali dapat berdampak buruk terhadap kesehatan dan kesejahteraan Individu.

1. Pengertian Stress pengasuhan

Menurut Abidin (1990), stress pengasuhan digambarkan sebagai kecemasan dan ketegangan yang melampaui batas dan secara khusus mempengaruhi peran orang tua dan interaksi antara orang tua dengan anak. Menurut Lestari (2012), stress pengasuhan adalah serangkaian proses yang membawa pada kondisi psikologi yang

tidak disukai dan reaksi psikologi yang muncul dalam upaya beradaptasi dengan tuntutan peran sebagai orang tua.

Menurut Deckard (2004), stress pengasuhan berasal dari keharusan untuk memenuhi kewajiban sebagai orang tua dan menghasilkan dampak negatif terhadap psikologis dan fisiologis. Menurut Berry dan Jones (1995), stress pengasuhan merupakan pengalaman negatif orang tua dalam memenuhi tuntutan pengasuhan. Menurut Berry dan Jones, stress merupakan sebuah reaksi terhadap lingkungan ketika terjadi kerugian. Di dalam stress dalam mengasuh anak, stress ditandai dengan kehilangan kontrol dan kebebasan serta finansial, energi dan waktu beban yang melebihi sumber daya orang tua.

Menurut Williford, dkk (2006), stress pengasuhan adalah stres yang timbul akibat ketidaksesuaian antara tuntutan yang dirasakan orang tua dan kemampuan orang tua dalam memenuhi tuntutan tersebut dan respon psikologis negatif yang dikaitkan dengan diri sendiri dan anak yang dinilai oleh orang tua masing-masing. Menurut Dabrowska & Pisula (2010), stres pengasuhan adalah stres yang dialami orang tua dalam proses pengasuhan yang melibatkan serangkaian cara mengatasi perilaku dan berkomunikasi dengan anak (sosialisasi dan pengajaran), perawatan atau pengasuhan (mengasuh, melindungi), mencari penyembuhan bagi anak, serta pengaruh stress tersebut terhadap kehidupan pribadi dan keluarga.

2. Aspek-Aspek Stres Pengasuhan

Stres pengasuhan menurut Berry & Jones (1995) adalah hilangnya kendali dan kebebasan akibat tanggung jawab finansial, energi, dan waktu yang dihabiskan

dalam proses pengasuhan anak yang menyebabkan perasaan negatif dalam diri orang tua.

Menurut Berry & Jones (1995), aspek-aspek dari stres pengasuhan terdiri dari dua dimensi, yaitu *pleasure* sebagai dimensi positif dan *strain* sebagai dimensi negatif. Aspek *pleasure* menggambarkan perasaan lelah orang tua dalam menjalankan peran sebagai orang tua sehingga mencapai tingkat kelelahan. Sementara itu, aspek *strain* menggambarkan perasaan orang tua yang tidak mampu menjadi orang tua sebaik sebelumnya beberapa aspek stress pengasuhan Berry and Jones, yaitu sebagai berikut:.

a. Pleasure

Komponen *pleasure* mencakup segala sisi positif dari menjadi orang tua bagi anak dan juga sebagai pengasuh yang terdiri dari 2 (dua) komponen:

1. *Parental reward*, sejauh mana orang tua memandang anaknya berharga dan kedekatan anak dengan orang tua bisa menghadirkan perasaan yang positif pada diri orang tua.
2. *Parental satisfaction*, seberapa tinggi orang tua merasa puas dengan perilaku yang diperlihatkan oleh anak.

b. Strain

Strain merupakan sisi negatif menjadi orang tua dimana tanggung jawab menjadi orang tua dapat membebani orang tua dan terdiri dari 2 (dua) komponen:

1. *Parental stressors*

Seberapa besar orang tua menganggap anak menjadi beban dan sumber stres orang tua.

2. *Lack of Control*

Sejauh mana orang tua merasa keberatan dengan tanggung jawab sebagai orang tua dan menganggap anaknya sebagai penyebab kurangnya kendali dalam hidup.

Stres ditandai dengan rendahnya emosi positif yang dirasakan oleh orangtua (kebahagiaan, cinta, dan rasa senang) dan tingginya emosi negatif yang dirasakan oleh orangtua (perasaan berkorban akan waktu, energi, dan biaya) saat mengasuh anak.

3. **Faktor-faktor yang mempengaruhi Stres Pengasuhan**

Menurut Hidayah, dkk (2019) terdapat 2 (dua) faktor yang mempengaruhi stres pengasuhan yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor yang mempengaruhi stres pengasuhan yaitu berasal dari dalam diri orang tua atau adanya ketidakpuasan orang tua dalam memenuhi kebutuhan anaknya serta kurangnya pemahaman dan pengalaman dalam mengasuh anak. Faktor lainnya yaitu faktor eksternal yang meliputi kesehatan anak dan dukungan sosial.

Menurut Gunarsa (2004), faktor-faktor penyebab terjadinya stres pengasuhan antara lain yaitu sebagai berikut:

a. Stres kehidupan secara umum

Stres kehidupan secara umum yang dialami orang tua akan menambah beban stres dalam memberikan pengasuhan terhadap anak. Individu yang memiliki lebih dari 1

(satu) peran akan memiliki tingkat stres yang lebih tinggi akibat terbebani oleh tanggung jawab yang lebih banyak.

b. Kondisi anak

Anak yang memiliki perilaku menyimpang atau mengalami permasalahan dalam perkembangan, para orang tua harus berhadapan dengan kondisi stres yang lebih besar daripada kondisi stres yang dihadapinya jika anak-anak tersebut tidak menunjukkan adanya penyimpangan perilaku atau perkembangan.

c. Dukungan sosial

Dukungan sosial merupakan salah satu faktor *parenting stress*. Dukungan dari pasangan, sanak saudara, tetangga dan teman-teman dapat mengurangi kemungkinan orang tua mengalami *parenting stress*. Dukungan dari pasangan merupakan dukungan yang paling berpengaruh terhadap *parenting stress*. Jika salah satu pasangan merasa dirinya sendirian dalam menyanggah tanggung jawab pengasuhan, ia akan merasakan stres yang dialaminya begitu besar. Sementara itu, jika ia merasa mendapatkan dukungan pengasuhan, stres yang dialaminya menjadi lebih kecil.

d. Status ekonomi

Faktor kemiskinan dan tekanan hidup yang semakin meningkat membuat stres yang dialami menjadi lebih besar. Meskipun *parenting stress* dapat terjadi pada keluarga menengah ke atas, namun sebagian besar terjadi pada keluarga dengan status ekonomi menengah ke bawah. Sumber material yang dibutuhkan dalam keluarga mencakup fasilitas hidup, termasuk sandang, papan, dan pangan.

Parenting stress dianggap tidak akan dirasakan terlalu membebani jika makanan, pakaian, fasilitas tempat tinggal dan kebutuhan anak-anak dalam proses perkembangannya mencukupi.

e. Kematangan Psikologis

Orang tua yang belum matang secara psikologis serta usia yang masih dini untuk berperan sebagai orang tua dapat meningkatkan tingkat *parenting stress*. Orang tua dengan usia yang relatif muda cenderung memiliki pengetahuan dan pengalaman dalam mendidik anak yang minim sehingga membuat tingkat *parenting stress* semakin tinggi.

B. Anak Berkebutuhan Khusus

1. Pengertian Anak Berkebutuhan Khusus

World Health Organization (1980) memperkenalkan *International Classification of Impairments, Disabilities, and Handicaps* (ICIDH). ICIDH dirancang untuk memberikan kerangka klasifikasi komponen kesehatan yang berkaitan dengan penyakit, kelainan, cedera, dan kondisi kesehatan lainnya.

- a. *Impairment*: Kehilangan atau kelainan struktur atau fungsi psikologis, fisiologis.
- b. *Disability*: Segala keterbatasan atau ketidakmampuan untuk melakukan suatu aktivitas dengan cara atau dalam rentang yang dianggap neurotypical bagi manusia.
- c. *Handicap*; Ketidakberuntungan bagi individu akibat suatu kecacatan yang membatasi dan menghalangi pemenuhan peran individu dalam lingkungan sosial

tersebut.

Menurut WHO (2023), anak-anak berkebutuhan khusus adalah individu yang memiliki kesulitan belajar yang jauh lebih besar dan mungkin memerlukan dukungan dalam berbagai bidang seperti komunikasi, perawatan diri, mobilitas, dan hubungan antarpribadi karena masalah fisik, mental, intelektual, atau psikologis jangka panjang. Anak berkebutuhan khusus menurut Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (2013) adalah anak yang mengalami keterbatasan atau keluarbiasaan, baik fisik, sosial, mental-intelektual, maupun emosional, yang berpengaruh secara signifikan dalam proses pertumbuhan atau perkembangannya dibandingkan dengan anak-anak lain yang seusia dengannya. Dari pengertian and poin-poin dapat ditarik kesimpulan bahwa anak berkebutuhan khusus adalah individu yang memiliki keterbatasan kemampuan berupa fisik, emosi, mental, dan intelektual. Sehingga memerlukan bantuan dan penanganan khusus yang sesuai dengan keperluan anak.

2. Karakteristik Anak Berkebutuhan Khusus

Berdasarkan kondisi yang dialami oleh anak *DIFABEL* secara umum dapat dikelompokkan ke dalam Anak Berkebutuhan Khusus yang bersifat temporer dan ABK yang bersifat permanen. anak berkebutuhan khusus yang bersifat permanen Menurut Kehidupan Pemberdayaan Perempuan & Perlindungan Anak Republik Indonesia (2013) diklasifikasikan ke dalam 12 klasifikasi sesuai dengan kondisi yang dimiliki anak seperti yang dijelaskan sebagai berikut:

- a) Anak Tunanetra adalah anak yang mengalami gangguan daya penglihatan berupa kebutaan menyeluruh atau total atau sebagian (*low vision*).
- b) Anak Tunarungu adalah anak yang mengalami gangguan pendengaran, baik sebagian ataupun menyeluruh, dan biasanya memiliki hambatan dalam berbahasa dan berbicara.
- c) Anak Tunagrahita adalah anak yang memiliki inteligensia yang signifikan berada dibawah rata-rata anak seusianya dan disertai dengan ketidakmampuan dalam adaptasi perilaku, yang muncul dalam masa perkembangan.
- d) Anak Tunadaksa adalah anak yang mengalami gangguan gerak akibat kelumpuhan, tidak lengkap anggota badan, kelainan bentuk dan fungsi tubuh atau anggota gerak.
- e) Anak Tunalaras adalah anak yang memiliki masalah atau hambatan dalam mengendalikan emosi dan kontrol sosial, serta berperilaku menyimpang.
- f) Anak dengan gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktivitas (GPPH) atau *Attention Deficit And Hyperactivity Disorder* (ADHD) adalah anak yang mengalami gangguan perkembangan, yang ditandai dengan sekumpulan masalah berupa gangguan pengendalian diri, sulit fokus atau memperhatikan, masalah rentang atensi atau perhatian, hiperaktivitas dan impulsivitas, yang menyebabkan kesulitan berperilaku, berfikir, dan mengendalikan emosi. Ciri-ciri anak berkebutuhan khusus ini dapat ditandai dengan tidak bisa duduk diam di kelas, kesulitan belajar, suka mondar-mandir, atau terus berbicara.
- g) *Autism Spectrum Disorders* (ASD) adalah anak yang mengalami gangguan

dalam tiga area dengan tingkatan berbeda-beda, yaitu kemampuan komunikasi dan interaksi sosial, serta pola-pola perilaku yang repetitif dan stereotipi. Gangguan ini bisa membuat anak seolah-olah hidup dalam dunianya sendiri.

- h) Anak dengan gangguan ganda adalah anak yang memiliki dua atau lebih gangguan adalah anak dengan disabilitas fisik signifikan yang dikombinasikan dengan disabilitas sensorik dan/atau kognitif sehingga diperlukan pendampingan, layanan, pendidikan khusus, dan alat bantu belajar yang khusus. Dalam kondisi ini, anak memiliki dua atau lebih gangguan yang mempengaruhi perkembangannya.
- i) Anak lamban belajar atau *Slow Learner* adalah anak yang memiliki potensi intelektual sedikit dibawah rata-rata tetapi belum termasuk gangguan mental. Individu butuh waktu lama dan berulang-ulang untuk dapat menyelesaikan tugas-tugas akademik maupun non akademik.
- j) Anak dengan kesulitan belajar khusus atau *Specific Learning Disabilities* adalah anak yang mengalami hambatan atau penyimpangan pada satu atau lebih proses psikologis dasar berupa ketidakmampuan mendengar, berpikir, berbicara, membaca, menulis, mengeja dan berhitung. Ada tiga jenis anak dengan kesulitan belajar khusus, yaitu: disleksia, diskalkuia dan disgrafia.
- k) Anak dengan Gangguan kemampuan komunikasi adalah anak yang mengalami penyimpangan dalam bidang perkembangan bahasa wicara, suara, irama, dan kelancaran dari usia rata-rata yang disebabkan oleh faktor fisik, psikologis dan lingkungan, baik reseptif maupun ekspresif

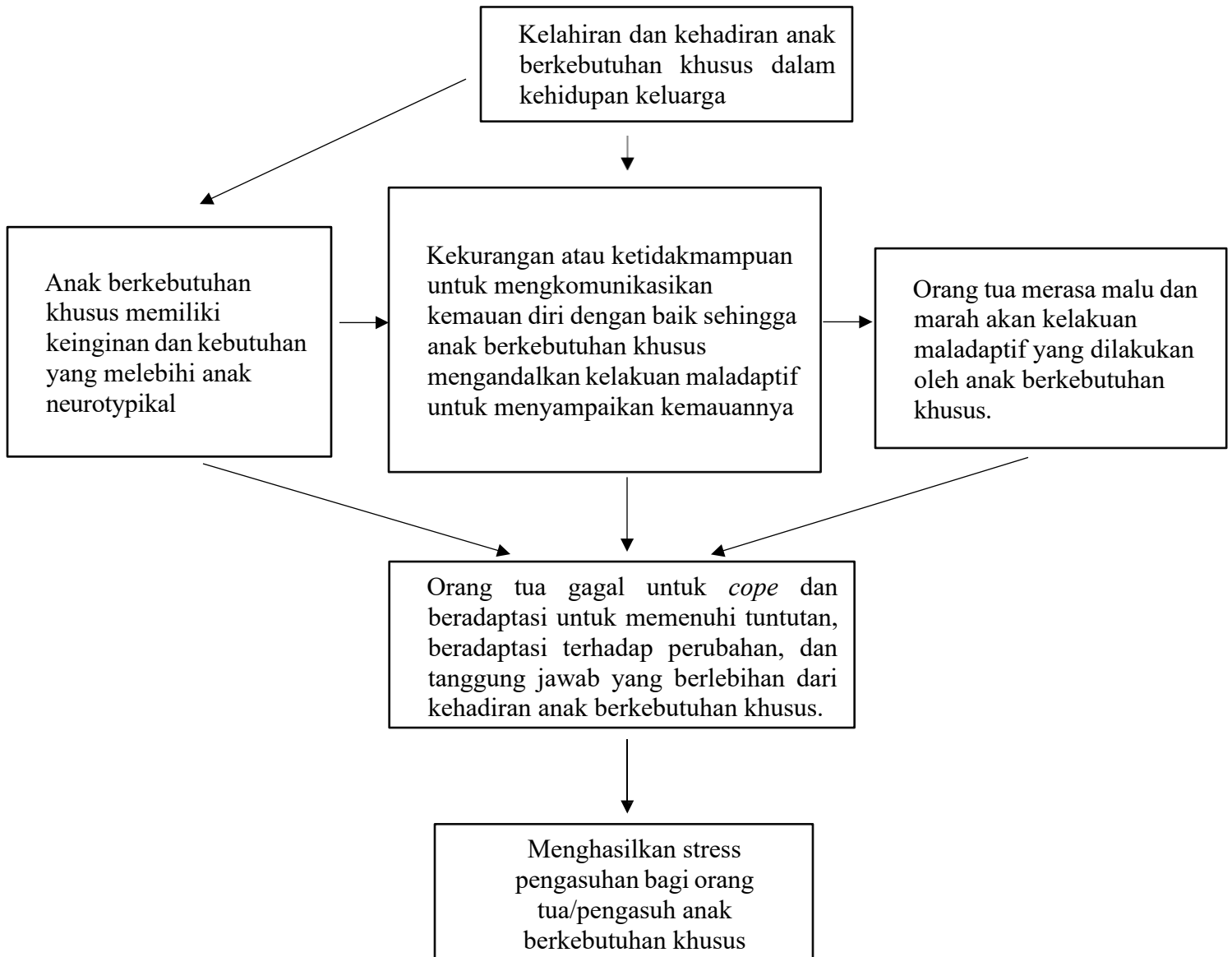
- 1) Gifted atau Anak berbakat adalah anak dengan potensi kecerdasan dan/atau bakat istimewa adalah anak yang memiliki skor inteligensi yang tinggi (*gifted*), atau individu yang unggul dalam bidang-bidang khusus (*talented*) seperti musik, seni, olah raga, dan kepemimpinan.

C. Stres pengasuhan pada orang tua dengan Anak Berkebutuhan Khusus

Stres pengasuhan pada orang tua dengan anak berkebutuhan khusus lebih tinggi daripada orang tua dengan anak *neurotypical*. Anak berkebutuhan khusus menuntut perhatian lebih banyak, keperluan khusus, perawatan yang lebih dan bersifat seumur hidup. Menurut model stres pengasuhan Abidin (1992), stres pengasuhan terutama disebabkan oleh atribut yang menantang atau perilaku sulit yang dilakukan anak dan pengekan orang tua atau faktor eksternal yang mempersulit keberhasilan *coping*. Akibatnya orang tua dengan anak berkebutuhan khusus menghadapi tantangan yang unik, di mana anak berkebutuhan khusus tidak dapat meregulasi emosi diri dengan baik dan juga menyampaikan kemauannya dengan jelas sehingga anak mengekspresikan diri dengan kelakuan maladaptif. Setiap anak mengembangkan kelakuan maladaptif, perbedaan antara anak berkebutuhan khusus dan anak neurotipikal adalah anak berkebutuhan khusus akan lebih sering melakukan perilaku maladaptif seperti tantrum dll dengan intensitas yang lebih tinggi. Berdasarkan teori *stress and coping* Lazarus & Folkman (1984) dan dari hasil wawancara dengan orang tua dan pengasuh, kelakuan maladaptif anak terlihat sebagai stressor bagi orang tua. Sesuai dengan pendapat Hasting, dkk (2005) yang menyatakan kelakuan maladaptif menimbulkan stress pengasuhan pada *caregiver* sebagai sumber stressor besar.

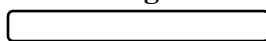
Dampak buruk dari stres pengasuhan yang tidak teregulasi pada orang tua berupa kelelahan, dan penurunan kesehatan fisik. Sesuai dengan hasil penelitian Deckard (2004) Stress pengasuhan memiliki efek negatif terhadap fisik dan psikologis pengasuh. Stres pengasuhan juga mempengaruhi kesejahteraan anak dengan meningkatnya ketidakpuasan dalam menjalankan tugas sebagai orang tua, dan merenggangnya hubungan antar orang tua dan anak.

C. Kerangka Berpikir

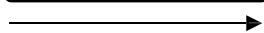


Gambar 1 Kerangka berpikir penelitian

Keterangan:



: Diteliti



: Menghasilkan