

HUBUNGAN DUKUNGAN SUAMI DENGAN TINGKAT STRES IBU YANG MEMILIKI ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS DI SEKOLAH LUAR BIASA

Hendrikus Novanolo Laia*, Friska Sinaga**, Susanti Niman***

*Mahasiswa Program Sarjana Keperawatan

, Dosen STIKes Santo Borromeus

Jl. Parahyangan Kav. 8 Blok B No 1 Kota Baru Parahyangan, Kec. Padalarang Kab. Bandung
Barat, Jawa Barat 40558

Email: hendrikus220697@gmail.com

ABSTRAK

Berdasarkan hasil studi pendahuluan dengan melakukan wawancara pada 10 ibu ABK di SLB, didapatkan ibu mengatakan sering mengalami kelelahan, sakit kepala dalam merawat, mengawasi anak berkebutuhan khusus, kurangnya pembagian tugas dalam membantu mendampingi, mengasuh, dan memberikan informasi tentang cara menghadapi ABK dari suami. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan dukungan suami dengan tingkat stres ibu ABK di SLB. Dukungan adalah informasi dan umpan balik dari orang lain yang menunjukkan bahwa seseorang dicintai, dihargai, dihormati dan dilibatkan dalam jaringan komunikasi dan kewajiban timbal balik. Stres adalah suatu reaksi fisik dan psikis terhadap setiap tuntutan yang menyebabkan ketegangan dan mengganggu stabilitas kehidupan sehari-hari. Metode penelitian ini yaitu kuantitatif dengan desain deskriptif korelasional melalui pendekatan *cross-sectional* dengan analisa data menggunakan uji *Spearman rank*. Instrumen penelitian ini menggunakan angket yang dibagikan pada 146 ibu ABK dengan teknik *total sampling*. Hasil penelitian didapatkan ada hubungan antara dukungan suami dengan tingkat stres ibu yang memiliki ABK di SLB dengan (*p-value* 0,004 <0,05). Peneliti menyarankan kepada SLB untuk membuat kegiatan “*Family Support Group*”.

Kata kunci: Dukungan, Stres, Anak berkebutuhan Khusus

LATAR

Anak merupakan tanggung jawab kedua orangtua dimana ayah dan ibu memiliki peran masing-masing dalam pertumbuhan dan perkembangan anak. Ibu merupakan sosok yang berperan penting dalam

BELAKANG

mengasuh anak karena banyak terlibat dalam pengasuhan anak, oleh karena itu ibu dipandang sebagai sosok yang paling dekat dengan anak Menurut Hidayat (2010) seorang ibu memiliki kewajiban dan peran dalam

merawat anak agar anak dapat berkembang. Peranan ibu sangat penting bagi perkembangan anak secara keseluruhan karena ibu dapat memberikan stimulasi pada tumbuh kembang anak secara menyeluruh dalam aspek fisik, mental, dan sosial. Peran ibu diantaranya adalah pembentukan kepribadian anak, menumbuhkan perasaan mencintai dan mengasihi pada anak melalui interaksi yang melibatkan sentuhan fisik dan kasih sayang, menumbuhkan kemampuan berbahasa pada anak melalui kegiatan-kegiatan bercerita, serta melalui kegiatan yang lebih dekat dengan anak (Farhiana, 2016).

Ibu adalah orang pertama yang mengajak anak untuk berkomunikasi, sehingga anak mengerti bagaimana cara berinteraksi dengan orang lain menggunakan bahasa. Stres yang dialami oleh figur ibu dalam mengasuh anak yang berkebutuhan khusus disebut stres pengasuhan, yang didefinisikan sebagai kecemasan dan ketegangan berlebihan yang secara khusus terkait dengan peran orang tua dan interaksi orang tua dengan anak. Stres yang

dialami oleh ibu ternyata tidak hanya disebabkan oleh permasalahan perilaku anak saja tetapi juga disebabkan oleh adanya perasaan pesimis ibu akan masa depan anak (Littlejohn, 2009).

Keluarga yang banyak memberikan dukungan terhadap keluarganya maka akan semakin sehat kehidupan seseorang tersebut. Menurut House (1985) bahwa ada empat aspek dukungan yaitu: dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informatif.

Penelitian ini dilakukan berdasarkan hasil studi pendahuluan dengan melakukan wawancara pada 10 ibu ABK di SLB. Ibu yang diwawancarai mengatakan sering mengalami kelelahan, sakit kepala dalam merawat, mengawasi anak berkebutuhan khusus, kurangnya pembagian tugas dalam membantu mendampingi, mengasuh, dan memberikan informasi tentang cara menghadapi ABK dari suami. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan dukungan suami dengan tingkat stres ibu ABK di SLB.

METODE

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif, desain deskriptif dengan pendekatan *cross-sectional*

Populasi dalam penelitian ini adalah ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus di SLB Ngamprah Raya dan SLBN 2 centra PK/PLK Kota Cimahi sejumlah 146 responden. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 146 responden dengan teknik *total sampling*.

HASIL PENELITIAN

Penelitian ini telah dilakukan kepada 146 responden di SLB Ngamprah Raya dan SLBN 2 Centra PK/PLK Kota Cimahi.

1. Karakteristik Responden

a. Usia

Tabel 4.1
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia (n=146)

Usia	Frekuensi (n)	Persentase (%)
26-35	59	40.4%
36-45	60	41.1%
46-55	24	16.4%
56-65	3	2.1%

Total	146	100%
--------------	------------	-------------

b. Pekerjaan

Tabel 4.2
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tahun 2019 (n=146)

Pekerjaan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Ibu Rumah Tangga	101	69.2%
Wiraswasta	14	9.6%
Karyawan	21	14.4%
PNS	10	6.8%
Total	146	100%

2. Hasil Univariat

a. Dukungan Suami

Tabel 4.3
Distribusi Frekuensi Dukungan Suami Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus Tahun 2019 (n=146)

Dukungan Suami	(n)	(%)
Mendukung	77	52.7%
Tidak Mendukung	69	47.3%
Total	146	100%

b. Tingkat Stres Ibu

Tabel 4.4
Distribusi Frekuensi Tingkat Stres
Ibu Yang Memiliki Anak
Berkebutuhan Khusus di SLB
Tahun 2019 (n=146)

Tingkat Stres	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Normal	10	6.8%
Ringan	59	40.4%
Sedang	43	29.6%
Berat	30	20.5%
Sangat Berat	4	2.7%
Total	146	100%

3. Hasil Analisa Bivariat

Tabel 4.5
Hubungan Dukungan Suami
dengan Tingkat Stres Ibu Yang
Memiliki Anak Berkebutuhan
Khusus di SLB Tahun 2019
(n=146)

Variabel	<i>r</i>	<i>p</i>	N
Dukungan suami dengan tingkat stres	-0.239	0.004	146

PEMBAHASAN

1. Dukungan Suami

Hasil penelitian menunjukkan bahwa lebih dari setengah responden yaitu 77 orang (52.7%) dalam kategori mendukung ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus dan kurang dari setengahnya yaitu 69 orang lainnya (47.3%) suami tidak mendukung. Dukungan merupakan tindakan dan penerimaan keluarga terhadap individu yang membutuhkan (Susilawati, 2013). Karunia (2016) menyebutkan bahwa dukungan keluarga dapat diperoleh dari anggota keluarga (suami, anak, dan kerabat/teman dengan dan relasi). Keluarga terdekat yang dimiliki oleh seorang ibu adalah suami.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Ghoniyah dan Savira (2015) yang menunjukkan

bahwa dukungan sosial terutama dukungan dari suami dapat membuat ibu mengatasi permasalahan yang muncul. Megasari dan Kristiani (2016) juga dalam penelitiannya tentang hubungan dukungan sosial suami dan penerimaan diri ibu menunjukkan adanya hubungan positif antara dukungan sosial suami dengan penerimaan diri ibu yang ditunjukkan dengan nilai $r = 0,704$ dan dukungan sosial suami sebesar 49,5% terhadap penerimaan diri ibu. Melalui dukungan suami sebagai salah satu bentuk dari dukungan sosial yang dapat mengatasi permasalahan yang dialami oleh ibu.

Hasil analisa kuesioner dukungan emosional didapatkan sebagian besar responden (74.7%) menyatakan bahwa suami mendengarkan keluhan-keluhan yang disampaikan oleh ibu anak berkebutuhan khusus. Hal tersebut sesuai dengan teori Sarafino dalam Siti (2016) mengatakan bahwa dukungan emosional, melibatkan ekspresi rasa empati

dan perhatian terhadap individu sehingga individu merasa nyaman, dicintai dan diperhatikan. Dengan adanya dukungan emosional akan membuat si penerima merasa berharga, nyaman, aman, terjamin, dan disayangi serta selalu mendukung dan menyertainya. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ibu yang memperoleh dukungan emosional yang baik dari suami tentunya bisa mengatasi sebagian dari masalah yang dialami oleh ibu. Apabila suami memberikan informasi tentang anak berkebutuhan khusus artinya suami secara langsung telah memberikan dukungan informasional yang kemudian berdampak pada tingkat stres yang dialami oleh ibu tersebut (Mutiara, 2018).

2. Tingkat Stres Ibu

Hasil penelitian tingkat stres menunjukkan hasil bahwa kurang dari setengahnya (40.4%) atau 59 orang ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus mengalami stres ringan. Indra Kurniawan

(2017) mengatakan bahwa stres adalah apabila seseorang mengalami beban atau tugas berat tetapi orang tersebut tidak dapat mengatasi tugas yang dibebankan tersebut sehingga orang tersebut akan mengalami stres. Sejalan dengan penelitian Hidangmayun (2010) menyebutkan bahwa stres pengasuhan dapat dipengaruhi dari lingkungan serta keluarganya.

Hasil rata-rata usia ibu dalam penelitian ini adalah 36-45 tahun (41.1%) termasuk dalam dewasa tengah, hal tersebut menyebabkan hasil dari penelitian tingkat stres ibu menjadi ringan karena hal ini sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Hidangmayun (2010) yang menyebutkan orang tua dengan usia yang masih muda dianggap belum matang atau belum dewasa untuk melakukan pengasuhan, sementara usia orangtua yang telah masuk dalam kategori dewasa tengah dianggap mampu dan matang dalam mengasuh anak dan usia lanjut dianggap akan mengalami kesulitan dalam perawatan anak,

terkait kondisi fisik yang melemah.

Sejalan dengan penelitian Dwi (2017) menyatakan usia ibu menunjukkan terdapat hubungan dengan tingkat stres pengasuhan yang berarti beban orang tua dalam merawat anak berkebutuhan khusus berkurang saat umur mereka bertambah sebab pengalaman dalam merawat anaknya sudah lebih baik.

Berdasarkan hasil analisa kuesioner di dapatkan hasil lebih dari setengah ibu (56.8%) mengatakan jarang merasakan sulit untuk tenang setelah sesuatu membuat dirinya kesal. Adanya dukungan dari suami akan membuat ibu merasa diterima dengan keadaan yang dialaminya sehingga tidak merasa sendiri dalam menghadapi keadaan yang sulit. Didukung pada penelitian Nur dan Mujab (2017) yang mengatakan bahwa dukungan emosional dapat memunculkan rasa nyaman pada diri ibu dalam keadaan stres.

Hasil penelitian didapatkan bahwa lebih dari setengahnya

responden (69.2%) ibu masuk dalam kategori sebagai ibu rumah tangga. Pekerjaan merupakan salah satu faktor yang dominan yang berhubungan dengan kejadian stres pengasuhan ibu pada ABK di SLB.

Ibu yang bekerja menunjukkan level stres yang lebih tinggi dibandingkan dengan ibu yang tidak bekerja. Didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Dwi (2017) yang menyatakan pekerjaan ibu menunjukkan bahwa terdapat hubungan pekerjaan dengan tingkat stres pengasuhan ($p=0,001$).

Hasil penelitian lainnya juga menunjukkan bahwa orangtua merasa kesulitan dalam menyeimbangkan kewajiban dalam pengasuhan anak dengan tanggung jawab dalam pekerjaan. Hal tersebut disebabkan bahwa stres pengasuhan pada ibu yang bekerja lebih tinggi dibandingkan ibu yang tidak bekerja, dikarenakan, pekerjaan di luar rumah membuat waktu yang dihabiskan untuk pengasuhan anak menjadi terbagi.

3. Hubungan Dukungan Suami Dengan Tingkat Stres Ibu Yang Memiliki ABK

Hasil uji statistik terhadap dukungan suami dengan tingkat stres ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus di SLB didapatkan $p\text{-value} < \alpha$ (0,05) yaitu 0,004 maka H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya terdapat hubungan antara dukungan suami dengan tingkat stres ibu yang memiliki anak berkebutuhan di SLB. Hasil uji statistik diatas juga diperoleh nilai korelasi *spearman rank* (r) sebesar -0,239 sehingga dapat disimpulkan hubungan dukungan suami dengan tingkat stres ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus di SLB menunjukkan hubungan yang lemah dan berpola negatif artinya semakin tinggi dukungan suami maka semakin ringan tingkat stres yang dialami oleh ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus.

Hasil analisa kuesioner didapatkan lebih dari setengah

(67.8%) responden memiliki dukungan emosional dimana suami banyak memberi perhatian kepada ibu. Dukungan sosial suami yang tinggi dapat menyebabkan tingkat stres ibu menjadi ringan. Menurut Yasin dan Dzukifli (2010) berpendapat bahwa dukungan sosial tidak hanya memberikan rasa aman, namun juga memiliki beberapa manfaat yaitu mengatasi stres. Dukungan sosial juga merupakan elemen yang dapat membantu individu mengurangi pengalaman stres dan mengatasi stres. Didukung dengan hasil jurnal Josephine Clarissa Purnomo dan Ika Febrian Kristiana (2016) berpendapat bahwa dukungan sosial memberikan dorongan umpan balik positif berupa penerima dukungan merasa bernilai dan dihargai. Stres pengasuhan ibu yang rendah dapat disebabkan karena istri merasa bahwa dukungan yang diberikan suami bermanfaat dan istri mempersepsi bahwa suami bersedia memberikan dukungan saat istri membutuhkan.

Hasil analisa kuesioner tingkat stres menunjukkan hasil bahwa lebih dari setengah (64.4%) ibu tidak pernah merasa gelisah. Hal ini disebabkan dengan adanya dukungan sosial yang akan membantu individu untuk menurunkan *distress* psikologi yang diakibatkan oleh peristiwa sulit yang dialami, serta membantunya untuk bangkit kembali dari kejadian yang menghambat hidupnya (Nasution dalam Arjani, 2015). Dukungan sosial juga merupakan elemen yang dapat membantu individu mengurangi pengalaman stres dan mengatasi stres (Yasin dan Dzukifli, 2010). Dukungan sosial juga berfungsi untuk kesejahteraan individu untuk beradaptasi terhadap kesulitan atau dengan cara menahan (*buffer*) hubungan antara *stressor* dan dampak merugikan (Johnson & Johnson dalam Arjani, 2015).

Dukungan suami yang tinggi disebabkan karena adanya dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasional yang baik oleh

suami kepada seorang ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus untuk mengurangi kecemasan yang timbul. Ibu yang mendapatkan dukungan keluarga yang tinggi tidak akan mudah menilai situasi dengan kecemasan karena ia sadar bahwa ada keluarga yang mendukung dan mendengarkan curahan hatinya (Aprianawati, 2014).

SIMPULAN

Simpulan penelitian dan hasil pembahasan mengenai penelitian yang berjudul Hubungan Dukungan Suami dengan Tingkat Stres Ibu Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus di SLB, adalah:

1. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa lebih dari setengah responden suami masuk dalam kategori mendukung ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus.
2. Hasil uji statistik tingkat stres menunjukkan bahwa kurang dari setengahnya ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus mengalami stres ringan.

3. Hasil uji statistik diperoleh nilai *p-value* 0,004 atau ($<0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan dukungan suami dengan tingkat stres ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus di SLB

SARAN

1. Bagi SLB Ngamprah Raya dan SLBN 2 Centra PK/PLK
 - a. Membuat kegiatan “*family support group*” untuk orang tua siswa dan guru agar orang tua banyak yang mendukung dalam merawat dan mengasuh anak ABK
 - b. Mengajak orang tua dan guru turut serta dalam meningkatkan keterampilan anak berkebutuhan khusus agar orang tua semakin mendukung dalam kegiatan positif yang dilakukan oleh ABK.
2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Berdasarkan penelitian ini, masih terdapat ibu ABK yang memiliki stres berat (20.5%) dan sangat berat (2.7%). Untuk peneliti berikutnya, disarankan untuk meneliti faktor lain yang

mempengaruhi tingkat stres ibu ABK.

DAFTAR PUSTAKA

- Ai Kholifah, 2013. *Gambaran Tingkat Stres Pada Anak Usia Sekolah Menghadapi Menstruasi Pertama (Menarche) Di Sekolah Dasar Negeri Gegerkalong Girang 2*
http://repository.upi.edu/6060/6/D3_PER_1008870_Chapter3.pdf Skripsi diakses pada tanggal 08 April 2019 (15.25 wib)
- Anandita. (2017) *Hubungan Antara Dukungan Sosial Suami dan Kesejahteraan Psikologis pada Ibu yang Bekerja*
<https://dspace.uui.ac.id/handle/123456789/10416> (diakses pada tanggal 11 Juli 2019 pada pukul 14.15 wib)
- Argya A. R. (2017). *Tingkat Stress Ibu Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus*. (Skripsi)
<http://eprints.umm.ac.id/39238/1/Skripsi.pdf> diakses pada tanggal 26 November 2018 (18.45 wib)
- Dewi Masyithah. (2012) *Hubungan Dukungan Sosial dan Penerimaan Diri Pada Penderita Pasca Stroke*
<http://digilib.uinsby.ac.id/9770/1/jiptiain--dewimasyit-10330-1-hubungan-e.pdf> Skripsi (diakses pada tanggal 08 Juli 2019 pada pukul 14.10 wib)
- Hidayat, Dede R. 2009. *Ilmu Perilaku Manusia. Cet. 1*. Jakarta: Trans Info Media
- _____, A, A. 2014. *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data* Jakarta: Salmeba Medika
- Indra Kurniawan (2017) *Analisis Pengaruh Stres Kerja, Lingkungan Kerja dan Beban Kerja Terhadap Kinerja Karyawan*
<http://repository.upy.ac.id/1336/1/ARTIKEL.pdf> (diakses pada tanggal 10 Juli 2019 pada pukul 12.45 wib)
- _____. (2017) *Hubungan Parenting Self-Efficacy Dengan Tingkat Stres Ibu Yang Memiliki Anak Tunagrahita di Sekolah Luar Biasa (SLB-C)*
<https://repository.unej.ac.id/handle/123456789/82614> skripsi (diakses pada tanggal 11 Juli 2019 pada pukul 11.45 wib)

- Intan Megasari, Ika Febrian. (2016) *Hubungan Dukungan Sosial Suami Dengan Penerimaan Diri pada Ibu yang Memiliki Anak Down Syndrome di Semarang* <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/15426/14918> (diakses pada tanggal 08 Juli 2019 pada pukul 13.30 wib)
- King, Laura. 2010. *Psikologi umum*. Jakarta: Salemba Humanika
- _____, E, (2012). *Cara Bijak Memahami Anak Berkebutuhan Khusus*. Cet. 1. Bandung: Yrama Widya
- Liana Asnita, Arneliwati, Jumaini. (2015) *Hubungan Tingkat Stres Dengan Harga Diri Remaja di Lembaga Pemasyarakatan* <https://media.neliti.com/media/publications/187312-ID-hubungan-tingkat-stres-dengan-harga-diri.pdf> (diakses pada tanggal 09 Juli 2019 pada pukul 15.15 wib)
- Littlejohn, Stephen W & Karen A. Foss. 2009. *Teori komunikasi*, edisi 9 jakarta: Salemba Humanika
- Mangunsong, F. (2011). *Psikologi dan Pendidikan anak berkebutuhan khusus*. Jilid ke dua. Depok: LPSP3 UI <http://www.journal.unair.ac.id/filerPDF/artikel%202-13-1.pdf> (diakses pada tanggal 04 Februari 2019 (11.40)).
- Mohammad Shochib. 2010. *Pola asuh orang tua dalam membantu anak mengembangkan disiplin diri*, Jakarta: Rineka Cipta
- Mutiara Riska, B. (2018). *Hubungan Antara Dukungan Suami Dan Penerimaan Ibu Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus (Abk)*. (Skripsi) diakses pada tanggal 26 November (19.20)
- Rahayu Siti Sri (2016) *Pengaruh Dukungan Sosial Dan Konsep Diri Terhadap Kualitas Hidup Remaja Korban Penyalahgunaan Narkoba Di Panti Rehabilitas* <https://repository.ipb.ac.id/jspui/bitstream/123456789/84914/1/II6ssr.pdf> (diakses pada tanggal 12 Juli 2019 pada pukul 13.10 wib)
- Rumiani. (2010). *Optimalisasi Peran Keluarga sebagai Stress Buffer*

- dalam Menghadapi Bencana*. Yogyakarta: DPPM & MTS Universitas Islam Indonesia
- Safaria, T. Dan Saputra N. E. (2009). *Manajemen emosi: sebuah panduan cerdas bagaimana mengelola emosi positif dalam hidup anda*. Jakarta: Bumi Aksara
- Sefira Dwi (2017) *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Stres Pengasuhan Pada Ibu yang Memiliki Anak Tunagrahita di SLB Dharma Bakti Dharma Pertiwi* <http://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/agro/article/view/1802/pdf> (diakses pada tanggal 10 Juli 2019 pada pukul 14.35 wib)
- Slavin, Robert, E. (2009) *Cooperative Learning (Teori, Riset dan Praktik)*. Bandung: Nusa Media
- Susilawati. (2014) *Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Penderita Kanker Serviks Paliatif* <http://ejournal.umm.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/1855> (diakses pada tanggal 13 Juli 2019 pukul 11.35 wib)
- _____. 2013 *Pengaruh Dukungan Suami Terhadap Istri Yang Mengalami Kecemasan Pada Kehamilan Trimester Ketiga di Kabupaten Gianyar* <https://ojs.unud.ac.id/index.php/psikologi/article/view/25043> (diakses pada tanggal 12 juli 2019 pukul 14.50 wib)
- Uly Artha. (2016) *Dukungan Antara Dukungan Sosial Suami Dengan Tingkat Kecemasan Wanita Menopause Kota Tasikmalaya* <http://jurnal.ibijabar.org/wp-content/uploads/2016/07/hubungan-antara-dukungan-sosial-suami-dengan-tingkat-kecemasan-wanita-menopause-kota-tasikmalaya-.pdf> (di akses pada tanggal 09 Juli 2019 pada pukul 10.55 wib)
- Yusuf Syamsu, 2009. *Psikologi Perkembangan anak & Remaja*, Bandung; Remaja Rosdakarya