

HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KOPING ORANG TUA YANG MEMILIKI ANAK TUNA GRAHITA DI SEKOLAH LUAR BIASA NEGERI KALIWUNGU KUDUS

Zaimatun Nisa'¹, Sri Hartini²

Program Studi Ilmu Keperawatan

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Cendekia Utama Kudus

Jl. Lingkar Raya Kudus Pati Km.5, Jepang, Mejobo, Kabupaten Kudus, 59381

Email: hartinimarto78@gmail.com

ABSTRACT

The stress experienced by parents is not only caused by the problem of children's behavior but also due to the pessimistic feelings of parents with their children. Parents who have disabled children tend to feel decreased self-esteem, causing stress to parents who have children with mental retardation. Childhood or mental retardation is a condition where the development of intelligence experiences obstacles so that it does not reach the optimal development stage with limited intelligence, social limitations and limited functioning. other mental functions. Mentally disabled children are also children with special needs, so family support plays an important role in the formation of the marriages of mentally disabled children. The design of this research is descriptive correlation research using cross sectional approach. The population in this study as many as 53 people and sample of 53 people by using total sampling technique. Data analysis using univariate and bivariate analysis. Based on statistical test results with chi square obtained p value of $0.023 < p \text{ value} \alpha 0.05$ which means H_0 rejected and H_a received which means there is a relationship between the Stress Level and the Parent's coping Has a Independence of mentally disabled Children in extraordinary school of Kaliwungu Kudus.

Keywords: Stress Level, Coping, Mentally Retarded Children

INTISARI

Stres yang dialami oleh orang tua tidak hanya disebabkan oleh permasalahan perilaku anak saja tetapi juga disebabkan oleh adanya perasaan pesimis orang tua dengan anaknya. Orang tua yang memiliki anak cacat cenderung merasakan harga diri yang menurun sehingga menimbulkan stres pada orang tua yang memiliki anak retardasi mental Tuna grahita atau Retardasi mental merupakan kondisi dimana perkembangan kecerdasannya mengalami hambatan sehingga tidak mencapai tahap perkembangan yang optimal dengan keterbatasan intelegensi, keterbatasan sosial dan keterbatasan fungsi-fungsi mental lainnya. Anak tuna grahita juga merupakan anak yang berkebutuhan khusus, sehingga dukungan keluarga sangat berperan penting dalam pembentukan kemandirian anak tuna grahita. Desain penelitian ini merupakan penelitian deskriptif korelasi dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 53 orang dan sampel sebanyak 53 orang dengan menggunakan teknik sampling *total sampling*. Analisa data menggunakan analisa *univariat* dan *bivariat*. Berdasarkan hasil uji analisa statistik dengan *chi square* didapatkan nilai p value sebesar $0.001 < p \text{ value} \alpha 0.05$ yang artinya H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya ada hubungan antara Tingkat Stres dengan Koping Orang Tua yang Memiliki Anak Tuna Grahita di SLB N Kaliwungu Kabupaten Kudus..

Kata Kunci: Tingkat Stres, Koping, Anak Tunagrahita

LATAR BELAKANG

Menurut Sutjihati (2009) anak tunagrahita adalah anak yang mempunyai kekurangan atau keterbatasan di bawah rata-rata normal sehingga mengalami kesulitan dalam mengerjakan tugas-tugas akademik, menjalin komunikasi, serta berhubungan sosial. Anak tunagrahita selalu memiliki keinginan di dalam dirinya biar dapat hidup mandiri dan tidak selalu tergantung pada orang tua atau orang lain. Retardasi mental merupakan suatu gangguan dimana fungsi intelektual dibawah normal (IQ dibawah 70) dimana seseorang mengalami gangguan perilaku adaptif sosial sehingga membuat penderita memerlukan pengawasan, perawatan, dan kontrol dari orang lain (Kartono, 2009).

Stres yang dialami oleh orang tua tidak hanya disebabkan oleh permasalahan perilaku anak saja tetapi juga disebabkan oleh adanya perasaan pesimis orang tua dengan anaknya. Faktor penyebab lain yang dapat menyebabkan orang tua mengalami stres adalah harga diri. Rasa percaya diri dan harga diri akan muncul ketika seorang wanita telah melahirkan anak yang sesuai dengan harapan pasangannya. Seorang ibu cenderung merasakan harga diri menurun jika melahirkan anak yang tidak sesuai dengan harapan pasangannya. Orang tua yang memiliki anak cacat cenderung merasakan harga diri yang menurun sehingga menimbulkan stres pada orang tua yang memiliki anak retardasi mental (Puspitasari, 2013).

Strategi koping orang tua yang memiliki anak tuna grahita ada berbagai macam perbedaan, ada orang tua yang menyelesaikan permasalahannya dengan mencari informasi dan solusi terbaik, ada juga yang menyelesaikan masalahnya dengan koping yang berfokus pada emosinya sehingga menyebabkan hal-hal negatif (Nasir & Muhith, 2011).

Penelitian yang dilakukan Putri dengan judul Hubungan Mekanisme Koping Orang Tua Dalam Mengasuh Anak Dengan Hasil Prestasi Belajar Pada Anak Tunagrahita Di Slb C Tpa Jember . Hasil penelitian 32 orang mekanisme koping adaptif (91.4 %), 3 orang mekanisme koping maladaptif (8.6%) dan hasil prestasi belajar sebagian besar memperoleh hasil cukup sebanyak 28 siswa (80 %), dan sebanyak 5 siswa (14.3 %) memperoleh hasil kurang, serta 2 siswa (5.7 %) memperoleh hasil baik.

Data yang diperoleh dari (Data Pokok Pendidikan Dasar dan Menengah) Dapodikdasmen tahun 2018 di Indonesia terdapat 134.380 murid sekolah luar biasa. Di kota Kudus sendiri terdapat 604 murid sekolah luar biasa. Data dari observasi di Sekolah Luar Biasa Negeri Kaliwungu Kudus pada tanggal 21 Januari 2019 terdapat 73 anak berkebutuhan khusus. Dengan penyandang tunanetra 16 anak, penyandang tunarungu dan tunawicara 4 anak, autisme 1 anak dan penyandang tunagrahita 53 anak. Penyandang tuna grahita terdiri dari kelas 1-6 SD, kelas 1 9 anak, kelas 2 11 anak, kelas 3 11 anak, kelas 4 9 anak, kelas 5 6 anak, kelas 6 ada 7 anak.

Dari hasil studi pendahuluan di SLBN Kaliwungu dengan wawancara yang dilakukan pada tanggal 12 Maret 2019 dari orang tua siswa anak tuna grahita. 5 dari 10 Orang tua mengatakan cenderung gelisah dan cemas dengan keadaan anaknya, tetapi tidak pernah mengeluh lelah dalam merawat dan menghadapinya. 3 orang tua mengatakan lelah menghadapi tingkah laku anaknya yang tidak sewajarnya dilakukan, 2 orang tua mengatakan selalu sabar dan ikhlas merawat dan mendidik bahkan untuk

mengantar dan menunggu anaknya disekolah. Strategi koping orang tua yang dilakukan untuk mengatasi masalahnya dengan menahan diri, meluapkan emosinya dengan marah-marah dan mencari dukungan sosial. Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian hubungan tingkat stres dengan koping orang tua yang memiliki anak tuna grahita di SLBN kaliwungu kudas.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah analitik dengan pendekatan *cross sectional* yaitu untuk mengetahui hubungan tingkat stres dengan koping orang tua yang memiliki anak tunagrahita. Penelitian di SLBN kaliwungu kudas pada bulan Juni 2019. Populasi pada penelitian ini seluruh orang tua yang mempunyai anak tuna grahita tingkat SD di SLBN kaliwungu kudas. Sampel penelitian ini adalah orang tua dari anak tuna grahita yang bersekolah di SLBN kaliwungu kudas sebanyak 53 responden. Pengambilan sampel menggunakan teknik total sampling, yaitu sampel yang diambil sebanyak 53 responden. Instrument penelitian ini menggunakan kuesioner tingkat stres dan koping orang tua.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

A. Karakteristik Responden

Tabel 4.1
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Responden Orang Tua yang Memiliki Anak Tuna Grahita di SLB N Kaliwungu Kabupaten Kudus Bulan Juli Tahun 2019

Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)	Total
Usia			
25-35 tahun	35	71.7	100
>35 tahun	18	28.3	
Jenis Kelamin			
Laki-laki	11	20.8	100
Perempuan	42	79.2	
Pekerjaan			
PNS	8	15.1	100
Wiraswasta	18	34.0	
Buruh	19	35.8	
Ibu Rumah Tangga	8	15.1	
Pendidikan			
SD	2	3.8	100
SMP	12	22.6	
SMA	31	58.5	
Perguruan Tinggi	8	15.1	

Berdasarkan tabel 4.1 menunjukkan bahwa sebagian besar umur orang tua 25-35 tahun sebanyak 35 orang (71.7%) dan umur > 35 tahun sebanyak 18 orang (28.3%), sebagian besar jenis kelamin orang tua perempuan sebanyak 42 orang (79.2%) dan jenis kelamin orang tua laki-laki sebanyak 11 orang (20.8%), sebagian besar pekerjaan orang tua adalah buruh sebanyak 19 orang (35.8%) dan paling rendah pekerjaan orang tua PNS sebanyak 8 orang (15.1%), Ibu rumah tangga sebanyak 8 orang (15.1%) dan Wiraswasta sebanyak 18 orang (34.0%) dan sebagian besar pendidikan orang tua adalah SMA sebanyak 31 orang (58.5%) dan paling rendah pendidikan responden SD sebanyak 2 orang (3.8%), untuk tingkat pendidikan SMP sebanyak 12 orang (22.6%) dan Perguruan Tinggi sebanyak 8 orang (15.1%).

B. Hasil Penelitian

1. Analisa Univariat

a. Tingkat Stress

Stres orang tua yang memiliki anak tuna grahita merupakan suatu keadaan dimana orang tua kurang menerima keadaan anaknya dan situasi ini akan menimbulkan reaksi emosional.

Tabel 4.2

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Stres Orang Tua yang Memiliki Anak Tuna Grahita di SLB N Kaliwungu Kabupaten Kudus Bulan Juli Tahun 2019

Tingkat Stres	Frekuensi	Persentase (%)
Normal	9	17.0
Stres Ringan	39	73.6
Stres Sedang	5	9.4
Stres Berat	0	0
Stres Sangat Berat	0	0
Total	53	100

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan bahwa sebagian besar tingkat stres ringan sebanyak 39 orang (73.6%), paling rendah stres sedang sebanyak 5 orang (9.4%) dan sebagian mengalami tingkat stres normal sebanyak 9 orang (17.0%).

b. Koping Orang Tua

Koping orang tua yang memiliki anak tuna grahita merupakan suatu usaha untuk mengurangi atau mengatasi stres yang dialami dengan sumberdaya yang dimiliki

Tabel 4.3
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Koping Orang Tua yang Memiliki Anak Tuna Grahita di SLB N Kaliwungu Kabupaten Kudus Bulan Juli Tahun 2019

Koping Orang Tua	Frekuensi	Persentase (%)
Positif	37	69.8
Negatif	16	30.2
Total	53	100

Berdasarkan tabel 4.3 menunjukkan bahwa sebagian besar koping pada orang tua yang memiliki anak tuna grahita paling banyak menggunakan koping positif sebanyak 37 orang (69.8%) dan sebagian kecil menggunakan koping negatif sebanyak 16 orang (30.2%).

2. Analisa Bivariat

Hasil penelitian dilakukan analisa secara bersama-sama dalam satu tabel (bivariat) pada variabel *independen* dan variabel *dependen*, penyajiannya sebagai berikut :

Tabel 4.4
Tabulasi Silang antara Tingkat Stres dengan Koping Orang Tua yang Memiliki Anak Tuna Grahita di SLB N Kaliwungu Kabupaten Kudus Bulan Juli Tahun 2019

Tingkat Stres	Koping Orang Tua				Total		p value
	Positif		Negatif				
	F	%	1	%	F	%	
Normal	8	88.9	1	11.1	9	100	0.023
Stres Ringan	28	71.8	11	28.2	39	100	
Stres Sedang	1	20.0	4	80.0	5	100	
Total	31	67.8	22	32.2	53	100	

Dari tabel 4.4 menunjukkan bahwa dari 9 (100%) responden yang memiliki tingkat stres normal sebagian besar menggunakan koping positif sebanyak 8 orang (88.9%), koping negatif sebanyak 1 orang (11.1%), dari 39 (100%) responden yang memiliki tingkat stres ringan sebagian besar menggunakan koping positif sebanyak 28 orang (71.8%), koping negatif sebanyak 11 orang (28.2%) dan dari 5 (100%) responden yang memiliki tingkat stres sedang menggunakan koping positif sebanyak 1 orang (20.0%), koping negatif sebanyak 4 orang (80.0%).

Berdasarkan hasil uji *chi square* didapatkan nilai p value sebesar $0.023 < p \text{ value } \alpha 0.05$ yang artinya H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya ada hubungan antara Tingkat Stres dengan Koping Orang Tua Yang Memiliki Anak Tuna Grahita di SLB N Kaliwungu Kabupaten Kudus.

C. Pembahasan

1. Hubungan antara Tingkat Stres dengan Koping Orang Tua Yang Memiliki Anak Tuna Grahita di SLB N Kaliwungu Kabupaten Kudus.

Hasil analisis data penelitian diketahui bahwa dari 53 responden yang mengalami tingkat stres normal dengan koping negatif ada 1 responden, dan pada tingkat stres sedang dengan koping positif ada 1 responden. Salah satu faktor penyebab mengapa responden dengan tingkat stres normal menggunakan koping negatif adalah kegiatan sehari-hari dimana responden jarang melakukan hal-hal positif seperti berusaha mendapatkan dukungan emosional dari teman atau keluarga dan sering melakukan hal negatif seperti menolak untuk percaya bahwa hal yang dialami saat ini benar-benar sudah terjadi. Salah satu faktor penyebab pada responden dengan stres sedang menggunakan koping positif adalah tingkat pendidikan yang lebih tinggi, dan diketahui banyak kegiatan atau keadaan yang dilakukan bernilai positif. Didalam lembar kuesioner responden paling sering mendapatkan dukungan dari teman dan keluarga karena mau membicarakan masalah atau perasaan yang dialami, responden juga jarang dan tidak pernah meluapkan emosinya ketika marah. Adapun faktor lain yaitu faktor usia, pendidikan, dan pekerjaan. Dengan adanya dukungan sosial atau pemberian bantuan dari keluarga, teman, dan masyarakat dapat menimbulkan perasaan diperhatikan, disenangi dan dihargai sehingga dapat merubah mekanisme koping individu. (Handayani, 2000)

Penelitian yang dilakukan Pravesty (2017) menyatakan pendidikan yang tinggi dapat mudah menerima informasi sehingga dapat memiliki toleransi terhadap stres dan pengontrolan terhadap stressor. Menurut Siswanto (2007) tingkat pendidikan mempengaruhi seseorang mudah terkena stres atau tidak. Makin tinggi tingkat pendidikan orang tua makin mudah menerima informasi, sehingga makin banyak pula pengetahuan yang dimiliki pada akhirnya dapat memberikan koping adaptif atau positif. Menurut penelitian Kumar (2008) orang tua dengan status pendidikan yang tinggi memiliki stres psikologi rendah dan nilai strategi koping yang tinggi. Orang tua yang berpendidikan juga dapat menyediakan perawatan yang tepat dan tepat waktu untuk berbagai masalah pada anak.

Hasil analisis data penelitian diketahui bahwa pada tingkat stres normal menggunakan koping positif sebanyak 8 responden dan pada tingkat stres sedang menggunakan koping negatif sebanyak 4 responden. Salah satu faktor penyebab responden dengan tingkat stres normal menggunakan koping positif adalah usia yang menginjak dewasa, dimana pada usia dewasa seseorang memiliki toleransi terhadap stres dan stressor yang mengganggu sehingga mereka lebih mampu mengontrol stres. Pada tingkat stres sedang dialami oleh responden yang tingkat pendidikan rata-rata SMP. Salah satu faktor penyebab responden menggunakan koping negatif yaitu tingkat pendidikan yang lebih rendah dan usia yang belum dewasa.

Menurut Hurlock (2008) semakin tinggi usia maka tingkat kematangan dan kekuatan seseorang lebih dipercaya. Semakin tua umur seseorang makin konstruktif dalam menggunakan koping terhadap masalah yang dihadapi.

Pengalaman dan kematangan jiwa seseorang disebabkan semakin cukupnya umur dan kedewasaan dalam berfikir termasuk dalam memberikan koping.

Menurut penelitian Suri (2012) orang tua dengan koping keluarga memiliki respon yang positif terhadap masalah, respon perilakunya dapat memecahkan suatu masalah atau mengurangi stres yang diakibatkan oleh masalah atau kejadian. Penelitian Lindaswari (2014) menunjukkan pada mekanisme koping adaptif orang tua yang memiliki anak retardasi mental mampu menerima keadaan anaknya dan tidak mengalami stres berkepanjangan. Penelitian Kumar (2008) menunjukkan bahwa tingkat pendidikan orang tua yang memiliki anak retardasi mental berpengaruh terhadap stres dan koping. Semakin tinggi pendidikan semakin rendah stres dan semakin tinggi mekanisme kopingnya.

Simpulan dan Saran

A. Simpulan

1. Ada hubungan tingkat stres dengan koping orang tua yang memiliki anak tuna grahita di SLBN Kaliwungu Kabupaten Kudus dengan nilai p-value 0,023.
2. Koping yang dipilih oleh orang tua yang memiliki anak tuna grahita paling banyak adalah Positif sebanyak 69,8%.
3. Orang tua paling banyak mengalami tingkat stres ringan sebanyak 73,6%.
4. Semakin tinggi tingkat stres orang tua maka akan rendah koping yang dipilih.

B. Saran

1. Bagi Peneliti
Bagi peneliti selanjutnya Perlu adanya penelitian serupa yaitu hubungan tingkat stres dengan koping orang tua yang memiliki anak tuna grahita karena dalam penelitian ini kuesioner belum sesuai dengan karakteristik responden.
2. Bagi Institusi
Perlu adanya pelaksanaan praktik keperawatan anak di SLB dan memberikan contoh pembuatan asuhan keperawatan berhubungan dengan kondisi atau masalah anak dengan kebutuhan khusus.
3. Bagi Responden
Responden diharapkan lebih mengontrol tingkat stres seperti menerima keadaan yang dialami saat ini dan diharapkan tepat dalam memilih koping misalnya berfokus menyelesaikan masalah yang dihadapi saat ini dibanding dengan keadaan yang lain.

DAFTAR PUSTAKA

Handayani, 2000. Efektifitas Pelatihan Pengenalan terhadap Peningkatan Penerimaan Diri Pada Remaja. *Insan*, Vol2. No 1, edisi Nopember

Hurlock, 2008. Psikologi Perkembangan. Jakarta: Erlangga Press

Karono. (2009). Pemimpin dan Kepemimpinan, Apakah kepemimpinan Abnormal Itu?. PT. Raja Gafindo Persada, Jakarta

Kumar , G. V. (2008). *Psychological Stress and Coping Strategies of the Parents of Mentally challenged Children Journal of the Indian of Applied Psychology* Vol.34, No. 2, 227-231

Lindaswari Novi, L. G. (2014). *Hubungan Mekanisme Koping dengan Pola Asuh Orang Tua Anak Retardasi Mental Ringan di SLB C Negeri Denpasar*

Nasir, Abdul & Muhith, Abdul. 2011. *Dasar-dasar Keperawatan Jiwa: Pengantar dan Teori*. Jakarta: Salemba Medika

Notoadmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

Pravesty, E. (2017). *Hubungan Mekanisme Koping dengan Tingkat Stres pada Orang Tua yang Memiliki Anak Retardasi Mental di SLB N 1 Bantul*

Puspitasari, Widiani (2013). *Tingkat Stress pada Ibu Pengasuhan Anak dengan Retardasi Mental (Studi Pada Ibu - ibu kandung Anak Retardasi Mental Malang*

Siswanto. (2007). *Kesehatan Mental: Konsep, Cakupan dan Perkembangannya*. Yogyakarta: Andi

Somantri, Sutjihati T. (2009). *Psikologi Anak Luar Biasa*. Refika Aditama: Yogyakarta

Yeyen, Putri. *Hubungan Mekanisme Koping Orang Tua Dalam Mengasuh Anak Dengan Hasil Prestasi Belajar Pada Anak Tunagrahita Di Slb C - Tpa Jember*