

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang penelitian

Mengasuh anak berkebutuhan khusus (ABK) merupakan tanggung jawab besar yang tidak hanya membutuhkan kesabaran dan perhatian lebih, tetapi juga dapat menjadi sumber tekanan psikologis bagi orang tua. Orang tua dihadapkan pada berbagai tantangan, mulai dari kebutuhan anak yang cukup rumit hingga tekanan sosial dan ekonomi, yang semuanya dapat memperparah tingkat stres yang mereka alami. Dalam menghadapi tekanan tersebut, kemampuan individu untuk menyerahkan segala hasil usaha kepada Allah atau memiliki sikap tawakal diyakini dapat menjadi salah satu faktor dalam mengurangi beban psikologis. Sikap tawakal yang mencerminkan sikap menerima dengan ikhlas dalam menghadapi kondisi sulit, diyakini mampu menumbuhkan ketenangan batin serta memperkuat daya tahan psikologis orang tua dalam menjalankan perannya. Anak adalah amanah dari Tuhan yang harus dijaga dan orang tua akan dimintai pertanggungjawaban atas amanah tersebut di akhirat nanti.

Oleh karena itu, orang tua memiliki kewajiban untuk memberikan perawatan, perhatian, dukungan, serta pendidikan yang lengkap kepada anak-anak mereka (Nuraeni & Lubis, 2022). Namun, anak berkebutuhan khusus memiliki perbedaan dengan anak-anak pada umumnya. Ada orang tua yang memiliki anak dengan kelebihan tertentu, namun ada juga yang mengalami hambatan dalam perkembangan fisik maupun mental. Sehingga, orang tua harus melakukan pengasuhan dengan cara yang berbeda dari anak biasanya. Seperti memasukan mereka ke sekolah luar biasa (SLB), guna memberikan pendidikan yang disesuaikan dengan kebutuhan dan kemampuan anak berkebutuhan khusus (Fadhila, 2023).

Menurut undang-undang Nomor 23 tahun 2002 mengenai perlindungan anak menginstruksikan bahwa anak berkebutuhan khusus

merupakan bagian dari anak Indonesia yang wajib menerima perhatian dan perlindungan dari pemerintah, masyarakat bahkan keluarga. Hal ini dijelaskan dalam Peraturan Menteri Negara Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak RI tahun 2011 No. 10. Mengenai kebijakan anak berkebutuhan khusus. anak dengan berkebutuhan khusus dapat hidup mandiri dan mengejar cita-citanya sesuai dengan minat dan kemampuannya. Mereka juga memiliki hak yang sama dengan anak-anak normal (Boham, Kawung, & Harilama, 2018).

Ketika orang tua mengakui bahwa anak mereka memiliki kebutuhan khusus, mereka ingin mempelajari lebih lanjut tentang kebutuhan apa saja yang dibutuhkan anak mereka. Namun demikian, orang tua yang menerima kebutuhan luar biasa anak mereka pada awalnya tetap akan merasa kecewa dengan takdir yang diterima. Keadaan tersebut akan membuat orang tua merasa putus asa tentang perkembangan anak, yang juga akan berdampak pada kehidupan mereka sendiri. Stres dan bahkan kesedihan adalah hal yang umum di antara orang tua yang membesarkan anak-anak berkebutuhan khusus (Amelia Putri Nirmala, 2013). Tingkat stres yang dirasakan oleh orang tua berkisar dari ringan hingga berat. Orang tua dengan tingkat stres yang rendah mengarah kepada sikap ikhlas dan tawakal kepada Allah SWT, tentunya setelah melakukan ikhtiar terlebih dahulu seperti memberikan pengobatan dan juga memaksimalkan kemampuan anak di sekolah luar biasa (SLB) (Sri Lestari, 2024).

Tawakal merupakan indikator keimanan seseorang yang mendalam kepada Allah SWT dan merupakan manifestasi dari keimanan di dalam hati yang sangat mengilhami manusia untuk bersandar kepada-Nya. Istilah “Tawakal” sering dipahami oleh masyarakat umum sebagai sikap taqwa kepada Allah SWT yang kurang memiliki kemauan untuk berusaha atau sikap pasif yang menunggu peristiwa terjadi tanpa berinisiatif atau berusaha untuk meraih kesuksesan (Sudi, Md Sham, & Yama, 2019).

Orang tua anak berkebutuhan khusus yang menanamkan sikap tawakal memiliki kemungkinan untuk tidak mengalami stres yang berlebihan

akibat kesulitan-kesulitan yang mereka alami, baik secara fisik, emosi, ekonomi maupun sosial. Untuk mencegah berbagai dampak negatif dan meningkatkan kebahagiaan, menjadikan tawakal sangat penting bagi orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Dengan adanya sikap tawakal, orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus akan menyerahkan diri mereka kepada Allah SWT ketika dan setelah mereka melakukan ikhtiar untuk membantu dalam tumbuh kembang anak (Elmaria & Raudatussalamah, 2023).

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana peran sikap tawakal dalam memengaruhi tingkat stres pada orang tua anak berkebutuhan khusus di SLB Negeri Cileunyi. Dalam penelitian ini, istilah “peran sikap tawakal” merujuk pada tingkat pelaksanaan sikap tawakal oleh orang tua ABK serta pengaruhnya terhadap tingkat stres dalam menjalani pengasuhan, yang diukur melalui instrumen terstandar, telah diuji validitasnya dan berbasis skala likert.

Sebagai langkah awal sebelum melaksanakan penelitian utama, peneliti telah melakukan observasi pendahuluan di SLB Negeri Cileunyi pada bulan Januari 2025 bersamaan dengan pelaksanaan praktik profesi mahasiswa di SLB tersebut. Observasi ini bertujuan untuk memperoleh gambaran awal mengenai tingkat stres pengasuhan pada orang tua anak berkebutuhan khusus serta sikap tawakal yang mereka miliki. Berdasarkan hasil observasi, ditemukan bahwa sebagian orang tua menunjukkan tanda-tanda beban psikologis dalam menjalani peran pengasuhan seperti merasakan kecemasan, lelah secara emosional dan merasa sulit dalam menghadapi kebutuhan anak. Namun demikian, terdapat juga orang tua yang tampak lebih tenang, ikhlas dan menerima kondisi anak mereka yang menunjukkan adanya sikap tawakal. Hasil pengamatan ini memperkuat asumsi bahwa sikap tawakal memiliki peran dalam membantu orang tua untuk mengelola stres pengasuhan, sehingga menjadi dasar bagi peneliti untuk meneliti lebih lanjut mengenai peran sikap tawakal terhadap tingkatan

stres pengasuhan pada orang tua anak berkebutuhan khusus di SLB Negeri Cileunyi.

B. Rumusan Masalah

Dari latar belakang yang telah dijelaskan di atas, terdapat sejumlah rumusan masalah yang menjadi fokus kajian pada penelitian ini, diantaranya adalah:

1. Bagaimana gambaran sikap tawakal orang tua anak berkebutuhan khusus di SLB Negeri Cileunyi?
2. Bagaimana gambaran stres pengasuhan pada orang tua anak berkebutuhan khusus di SLB Negeri Cileunyi?
3. Bagaimana peran sikap tawakal dalam memengaruhi tingkatan stres pada orang tua anak berkebutuhan khusus di SLB Negeri Cileunyi?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan pemahaman terhadap rumusan masalah di atas, penelitian ini memiliki tujuan utama yang penting sebagai berikut:

1. Mengetahui gambaran sikap tawakal orang tua anak berkebutuhan khusus di SLB Negeri Cileunyi.
2. Mengetahui gambaran stres pengasuhan pada orang tua anak berkebutuhan khusus di SLB Negeri Cileunyi?
3. Mengetahui peran sikap tawakal dalam memengaruhi tingkatan stres pengasuhan pada orang tua anak berkebutuhan khusus di SLB Negeri Cileunyi.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi terhadap perkembangan kajian ilmu pengetahuan yang relevan dengan topik penelitian yang diteliti oleh penulis. Serta diharapkan dapat memperkaya literatur yang ada di jurusan Tasawuf dan Psikoterapi khususnya dibidang keagamaan dan psikologi perkembangan.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis, diharapkan penelitian ini dapat memberikan kontribusi terhadap kemaslahatan masyarakat atau institusi yang diteliti yaitu SLB Negeri Cileunyi. Selain itu, penelitian ini diharapkan mampu memberikan panduan langsung yang dapat diterapkan dalam memberikan dukungan terhadap orang tua dengan anak berkebutuhan khusus, sehingga orang tua dapat lebih siap, optimis dan tawakal dalam mengasuh dan mendidik anak mereka.

E. Kerangka Berpikir

Memiliki anak berkebutuhan khusus sering kali menjadi tantangan tersendiri bagi orang tua, karena anak tidak dapat menjalani hidup secara mandiri seperti anak-anak pada umumnya. Kondisi ini menyebabkan anak sangat bergantung pada orang tua dalam berbagai aspek kehidupan sehari-hari. Maka dari itu, orang tua cenderung akan sangat merasa stres akan masa depan anaknya. Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa orang tua sering merasa cemas terhadap kemampuan anak mereka, khususnya dalam keterampilan dasar seperti menulis, membaca, berkomunikasi atau berinteraksi dengan orang lain, serta dalam kemampuan menyelesaikan masalah. Kekhawatiran ini juga mencakup masa depan anak, terutama terkait kemungkinan kesulitan dalam mencari pekerjaan yang bersedia menerima kondisi mereka (Muyassaroh, 2022). Orang tua cenderung mengabaikan harapan mereka terhadap anak-anak mereka karena takut akan tekanan berlebihan pada diri sendiri serta kekecewaan yang mungkin mereka alami jika tujuan mereka tidak tercapai. Orang tua tidak dapat membayangkan masa depan yang cerah karena persepsi mereka tentang gangguan anak mereka (Khoayrunisa, Sabila, & Mustika, 2024).

Orang tua yang memiliki anak dengan berkebutuhan khusus seringkali mengalami *sindrom down*, yaitu merasa terpukul dan perasaan yang konflik, tidak menerima kenyataan dan sedih. Menyangkal takdir serta menyalahkan diri karena melahirkan anak dengan kondisi yang khusus.

sehingga, orang tua akan mulai mencari solusi untuk berdamai, positive thinking, dan berserah atau berpasrah terhadap takdir yang ditetapkan oleh Allah SWT (Nadya Wulandari, 2023). Orang tua cenderung mengabaikan harapan mereka terhadap anak-anak mereka karena takut akan tekanan berlebihan pada diri sendiri serta kekecewaan yang mungkin mereka alami jika tujuan mereka tidak tercapai (Khoirunisa et al., 2024).

Dalam pandangan Abidin (1990), stres pengasuhan muncul ketika orang tua merasa tidak mampu mengatasi perilaku anak yang dianggap sulit dikendalikan dan persepsi terhadap ketidakmampuan tersebut dipandang sebagai kegagalan dalam menjalankan peran pengasuhan. Kondisi semacam ini berpotensi menyebabkan disfungsi dalam pola asuh (Ahern, 2004). Ahern menjelaskan bahwa parenting stres atau stres pengasuhan merupakan kondisi emosional yang ditandai dengan munculnya rasa cemas dan ketegangan yang berlebihan. Perasaan ini secara khusus muncul seiring dengan beban peran sebagai orang tua dan dinamika interaksi antara orang tua dan anak (Papatungan & Ninin, 2023).

Abidin (1992) mendefinisikan stres pengasuhan atau *parenting stress* adalah sebagai bentuk kecemasan dan ketegangan yang dirasakan secara berlebihan, yang secara khusus berkaitan dengan tanggung jawab orang tua serta hubungan atau interaksi mereka dengan anak-anaknya (Said, 2019). Aspek-aspek stres pengasuhan menurut Abidin, Aspek pertama adalah *Parental Distress* (Stres orang tua). Aspek kedua adalah *Parent-Child Dysfunctional Interaction* (Disfungsi interaksi orang tua dan anak). Dan aspek ketiga adalah *Difficult Child* (Perilaku Anak Yang Sulit) (Papatungan & Ninin, 2023).

Menurut Al Ghazali, tawakal adalah hati yang bergantung pada Allah SWT dan merasa tenang dengan-Nya serta tidak mudah terpengaruh. Hal tersebut juga berarti mempercayai Allah dalam melakukan suatu rencana, bersandar kepada-Nya dan berserah diri di bawah perlindungan-Nya. Seseorang yang memiliki sikap tawakal akan menciptakan jiwa yang kuat karena ia percaya bahwa Allah akan memberi pertolongan dan

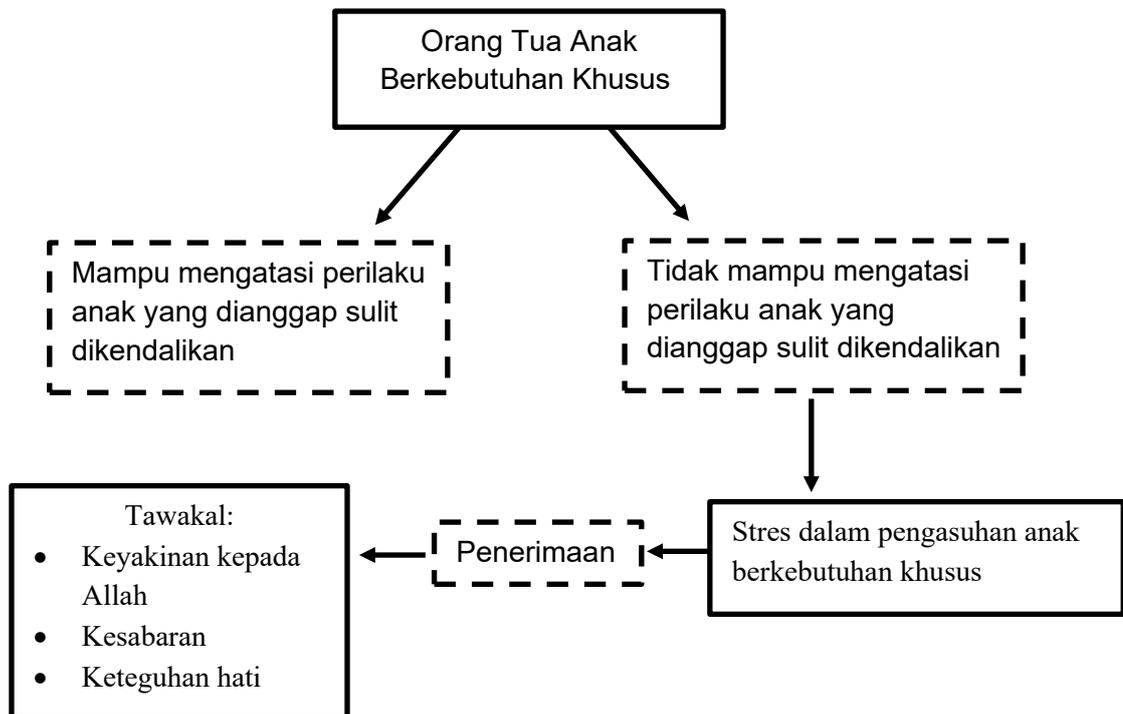
petunjuk terhadap segala sesuatu yang dilakukannya. Al Ghazali membagi dimensi tawakal menjadi tiga, yakni keyakinan kepada Allah, Kesabaran dan Keteguhan hati (Sudi et al., 2019).

Abu Turab An-Nakhsyabi menjelaskan bahwa tawakal adalah suatu sikap penyerahan diri sepenuhnya kepada Allah. Ia menggambarannya sebagai melemparkan jasad ke dalam penghambaan (ubudiyah), sementara hati sepenuhnya terikat dan bergantung kepada rububiyah atau kekuasaan dan pemeliharaan Tuhan. Dalam tawakal, seseorang akan merasakan ketenangan karena merasa cukup dengan apa yang diberikan oleh Allah. Jika mendapatkan nikmat ia akan bersyukur, dan jika tidak diberi atau diuji dengan kekurangan, ia tetap bersabar. Sikap tawakal ada karena adanya keyakinan kepada Allah sebagai maha penolong dan pelindung, tidak khawatir terhadap takdir yang diberikan oleh Allah serta manusia sebagai hamba-Nya menyempurnakan ibadah sebagai bentuk tawakal kepada Allah (Dr. H. Muh. Mu'inudinillah Basri, Lc., 2008).

Penjelasan kerangka berpikir di atas dapat dirangkum pada bagan berikut:



Bagan 1 kerangka berpikir



Variabel yang diteliti



Variabel yang tidak diteliti

F. Hipotesis

Berdasarkan rumusan masalah dan kerangka berfikir yang telah dipaparkan sebelumnya, maka hipotesis penelitian ini adalah peran sikap tawakal terhadap tingkatan stres pengasuhan pada orang tua anak berkebutuhan khusus di SLB Negeri Cileunyi.

Hipotesis alternatif (Ha):

Terdapat peran yang signifikan dari sikap tawakal terhadap tingkat stres pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus di SLB Negeri Cileunyi.

Hipotesis nol (Ho):

Tidak terdapat peran yang signifikan dari sikap tawakal terhadap tingkat stres pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus di SLB Negeri Cileunyi.

G. Tinjauan Pustaka

Untuk memperkuat dan mendukung yang peneliti lakukan, maka berikut ini merupakan hasil penelitian terdahulu yang menjadi sumber rujukan dan referensi peneliti dalam penelitian ini:

Hasil penelitian terdahulu terkait variabel tawakal, stres dan anak berkebutuhan khusus telah dilakukan oleh sejumlah peneliti. Antara lain:

1. Artikel yang ditulis oleh Dini Elmaria. Pada tahun 2023, dengan judul “Hubungan antara Tawakal dengan *Subjective Well-being* pada Orang tua Anak Berkebutuhan Khusus di Pekanbaru”, *Persepsi: Jurnal Riset Mahasiswa Psikologi*. Berdasarkan penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa orang tua mempunyai tantangan besar dalam merawat dan membesarkan anak dengan berkebutuhan khusus. hal tersebut ada kaitannya dengan *subjective well-being* pada orang tua yang dipengaruhi oleh sikap tawakal, sehingga terdapat hubungan antara sikap tawakal dengan *subjective well-being* pada orang tua anak berkebutuhan khusus di Pekanbaru (Elmaria & Raudatussalamah, 2023).

Terdapat persamaan dan perbedaan dari penelitian terdahulu dengan penelitian yang sekarang. Penelitian terdahulu dan penelitian sekarang sama-sama meneliti sikap tawakal pada orang tua anak berkebutuhan khusus. Perbedaannya adalah penelitian terdahulu membahas hubungan antara tawakal dengan *subjective well-being* pada orang tua anak berkebutuhan khusus, sedangkan penelitian sekarang membahas mengenai

peran sikap tawakal terhadap tingkatan stres pengasuhan pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus.

2. Skripsi yang ditulis oleh Gintan Rasya Fandini, Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi, Fakultas Ushuluddin, UIN Sunan Gunung Djati Bandung, pada tahun 2023. Dengan judul “Pengaruh Tawakal dan Ridha terhadap *Parent-Acceptance* pada Orang tua yang memiliki Anak Berkebutuhan Khusus”. Pada penelitian ini, penulis menemukan bahwa sikap tawakal dan ridha bisa menyalurkan dorongan serta dapat menjadi pengaruh secara terbatas atau tidak lengkap terhadap pertumbuhan sikap *parent-Acceptance* pada orang tua anak berkebutuhan khusus (Fandini, 2023).

Terdapat persamaan dan perbedaan dari penelitian terdahulu dengan penelitian yang sekarang. Penelitian terdahulu dan penelitian sekarang sama-sama meneliti tentang sikap tawakal terhadap orang tua anak berkebutuhan khusus. perbedaannya adalah penelitian terdahulu membahas pengaruh tawakal dan *parent-acceptance* pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus, sedangkan penelitian sekarang membahas mengenai peran sikap tawakal terhadap tingkatan stres pengasuhan pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus.

3. Skripsi yang ditulis oleh Rif'atul Khasanah, Jurusan Psikologi Islam, Fakultas Dakwah, UIN Kiai Achmad Siddiq Jember, pada tahun 2024. Dengan judul “Hubungan Regulasi Emosi terhadap Stres Pengasuhan pada Orang Tua Anak Berkebutuhan Khusus di Klinik Psikologi Ekadya Jember”. Pada penelitian ini, penulis menemukan bahwa terdapat korelasi yang kuat antara regulasi emosi dan stres pengasuhan orang tua, sehingga hipotesis alternatif pada penelitian tersebut diterima yaitu terdapat hubungan antara regulasi emosi dan stres pengasuhan pada orang tua anak berkebutuhan khusus di Klinik ekadya Jember (Rif'atul Khasanah, 2024).

Terdapat persamaan dan perbedaan dari penelitian terdahulu dengan penelitian yang sekarang. Penelitian terdahulu dan penelitian sekarang sama-sama meneliti tentang stres pengasuhan pada orang tua anak berkebutuhan khusus. perbedaannya adalah penelitian terdahulu membahas

hubungan regulasi emosi terhadap stres pengasuhan pada orang tua anak berkebutuhan khusus, sedangkan penelitian sekarang membahas mengenai peran sikap tawakal terhadap tingkatan stres pengasuhan pada orang tua anak berkebutuhan khusus.

4. Skripsi yang ditulis oleh Sania Ikhsani Kalpika Putri, Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial Humaniora, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, pada tahun 2023. Dengan judul “Tingkat Stres ditinjau dari Dukungan Sosial dengan Ibu yang memiliki Anak berkebutuhan Khusus (ABK) di Sekolah Luar Biasa (SLB)”. Pada penelitian ini, penulis menemukan bahwa semakin besar dukungan sosial yang diberikan akan semakin kecil ibu merasakan stres, begitupun sebaliknya (Putri, 2023).

Terdapat persamaan dan perbedaan dari penelitian terdahulu dengan penelitian yang sekarang. Penelitian terdahulu dan penelitian sekarang sama-sama meneliti tentang stres pada orang tua anak berkebutuhan khusus. perbedaannya adalah penelitian terdahulu membahas stres yang ditinjau dari dukungan sosial, sedangkan penelitian sekarang membahas mengenai peran sikap tawakal terhadap tingkatan stres pada orang tua anak berkebutuhan khusus.

5. Artikel yang ditulis oleh Rani Dwi Hapsari, Asri Mutiara dan Dita Fitriani. Dengan judul “Hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat stres orang tua dengan anak penderita autisme” *Jurnal Psikologi Universitas Muhammadiyah Lampung*. Pada penelitian ini, penulis menemukan bahwa orang tua yang memiliki anak autisme mendapatkan dukungan sosial yang tinggi. Hal ini dapat diartikan bahwa semakin tinggi dukungan sosial maka semakin rendah tingkat stres yang dirasakan oleh orang tua (Nuryati, 2019).

Terdapat persamaan dan perbedaan dari penelitian terdahulu dengan penelitian yang sekarang. Penelitian terdahulu dan penelitian sekarang sama-sama meneliti tentang stres yang dirasakan oleh orang tua anak berkebutuhan khusus. Perbedaannya adalah penelitian terdahulu membahas hubungan antara dukungan sosial antara dengan tingkat stres orang tua dengan anak penderita autisme. Sedangkan penelitian sekarang membahas

mengenai peran dari sikap tawakal terhadap tingkatan stres pengasuhan pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus.

6. Artikel yang ditulis oleh M. Akbar Nugraha¹, Andi Yuniarsy Hartika, Nurman Hidayat dan Paridah (2023) “Edukasi Pola Asuh dan Pengelolaan Stres pada Orang Tua Anak Berkebutuhan Khusus” journal: *Neo community health service*. Didalam penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa Edukasi pola asuh dan pengelolaan stres pada orang tua yang mempunyai anak berkebutuhan khusus mampu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan Orang tua. Hal itu terlihat pada evaluasi setelah kegiatan dilaksanakan Orang tua mengetahui tentang pola asuh yang tepat, setelah simulasi pengelolaan stres Orang tua berkurang stres dan mempunyai keterampilan dalam pengelolaan stres yaitu relaksasi napas dalam, pengelolaan marah dan imajinasi terbimbing (Nugraha, Hartika, Hidayat, & Paridah, 2023).

Terdapat persamaan dan perbedaan dari penelitian terdahulu dengan penelitian yang sekarang. Penelitian terdahulu dan penelitian sekarang sama-sama meneliti tentang stres orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus. perbedaannya adalah penelitian terdahulu membahas tentang Edukasi pola asuh dan pengelolaan stres pada orang tua anak berkebutuhan khusus, sedangkan penelitian sekarang membahas tentang peran dari sikap tawakal terhadap tingkatan stres pengasuhan orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus.