

BAB 1 PENDAHULUAN

Latar Belakang Masalah

Dalam pernikahannya setiap pasangan tentunya mengharapkan memiliki keluarga yang bahagia dan harmonis, dipenuhi canda tawa, dan penuh kasih sayang didalamnya. Tidak ada satupun orang yang mengharapkan mengalami perceraian didalam hidupnya, setiap insan tentunya mengharapkan menikah satu kali seumur hidup. Pentingnya menikah dengan orang yang tepat, yang dapat mencintai dengan seutuhnya karena pasangan akan menjadi teman hidup yang akan menemani setiap suka dan duka yang dihadapi.

Kehadiran seorang anak menjadi harapan bagi setiap pasangan yang telah menikah. Anak dianggap sebagai pelengkap untuk setiap keluarga, sehingga banyak pasangan suami istri yang mengharapkan kehadiran anak dalam keluarga mereka. Suganda & Ninin (2021) mengatakan bahwa menjadi orangtua merupakan hal yang menantang sekaligus membahagiakan bagi sebagian orang. Dalam perkembangannya anak membutuhkan perhatian khusus untuk mengoptimalkan tumbuh kembangnya (Sri Asri, 2018). Sebagian besar kehidupan anak berada di lingkungan keluarganya, hal tersebut menjadikan keluarga memiliki peran penting bagi masa depan sang anak (Suteja, 2017). Anak sering kali dianggap sebagai anugerah yang diberikan oleh Tuhan YME kepada setiap orangtua. Namun, tidak semua anak yang terlahir memiliki keadaan fisik dan psikis yang sempurna, seperti anak berkebutuhan khusus. Anak berkebutuhan khusus (abk) ialah anak yang memiliki keunikan yang membedakan mereka dari anak-anak lainnya.

Kehadiran anak-anak berkebutuhan khusus memberikan tantangan bagi setiap orangtua yang memilikinya. Keunikan dan perbedaan yang dimiliki oleh anak-anak tersebut sering kali sulit diterima oleh orangtua. Perawatan yang diberikan kepada anak-anak tersebut berbeda dengan anak-anak lainnya, para orangtua sebagai pengasuh utama sang anak dituntut untuk bersabar dalam memberikan perawatan kepada anaknya yang terbilang cukup berat, terlebih apabila para orangtua tersebut tidak memiliki ilmu yang cukup untuk merawat anak special yang dimilikinya. Selain tuntutan dalam pengasuhan, reaksi dan sikap masyarakat yang belum tereduksi sering kali meremehkan bahkan mencemooh anak-anak berkebutuhan khusus tersebut.

Terdapat keragaman pada anak berkebutuhan khusus, tidak semua anak berkebutuhan khusus memiliki masalah dan kebutuhan yang sama. Anak berkebutuhan khusus merupakan anak yang memiliki keterbatasan baik secara fisik, mental-intelektual, sosial, maupun emosional yang memberikan pengaruh signifikan terhadap proses tumbuh kembangnya dibandingkan dengan anak normal lainnya (Sri dkk., 2013). Ada beberapa faktor yang menyebabkan anak berkebutuhan khusus, diantaranya dari aspek biologis, psikologis, dan sosio-kultural. Anak berkebutuhan khusus secara biologis berkaitan dengan kelainan genetic. Dalam psikologi sikap dan perilaku menjadi aspek yang dapat menunjukkan seorang anak berkebutuhan khusus atau tidak, seperti *slow learner* yang menjadikan kemampuan belajar anak terganggu, anak autis yang memiliki gangguan emosi dan interaksi, serta pada anak ADHD dan autis mengalami gangguan berbicara. Dalam konsep sosio-kultural, anak

berkebutuhan khusus dikenal sebagai anak yang memiliki perilaku dan kemampuan tidak pada umumnya, sehingga membutuhkan penanganan yang khusus (Desiningrum, 2016).

Membesarkan anak berkebutuhan khusus memberikan tantangan dan beban bagi orangtua, terutama jika berada di negara dengan fasilitas untuk anak berkebutuhan khusus yang tidak memadai (S. Li dkk., 2023). Aksesibilitas yang memadai dan ketersediaan layanan yang berbeda dalam pengasuhan anak berkebutuhan khusus mempengaruhi perbedaan tingkat stress antara orangtua anak berkebutuhan khusus di wilayah eropa dan asia timur (Liu dkk., 2023). Kehadiran seorang anak berkebutuhan khusus dapat menambah stress pada orangtua, termasuk tuntutan finansial, fisik dan emosional (Ghaisani & Hendriani, 2022). Banyak orangtua dengan anak berkebutuhan khusus mengalami gangguan psikologis berkelanjutan, seperti gejala depresi dan kecemasan. Masalah keuangan yang timbul akibat tingginya biaya perawatan dan pendidikan untuk sang anak yang berkebutuhan khusus dan tanggung jawab untuk merawat anak berkebutuhan khususnya menjadi salah satu penyebab timbulnya gangguan-gangguan psikologis pada orangtua (S. Li dkk., 2023).

Miranda (2013) berpendapat bahwa kelainan yang diderita oleh anak dapat memberikan beban bagi orangtua. Orangtua berperan besar dalam mempengaruhi kehidupan anak, terlebih pada masa awal dan masa-masa kritis bagi anak. Ketidakmampuan ibu dalam mengelola emosi negatifnya dapat berdampak kepada anaknya, karena perkembangan abk bertumpu pada dukungan orangtua.

Quine & Pahl, (1991) menemukan bahwa kondisi ekonomi kelas menengah dengan kekhawatiran finansial yang lebih rendah dapat menahan perilaku stress pada orangtua dengan anak berkebutuhan khusus. Orangtua dengan kondisi finansial yang lebih baik dapat lebih menekan tingkat stressnya karena orangtua dapat membayar layanan pengasuhan yang baik untuk anak berkebutuhan khususnya, sehingga dapat meringankan beban pengasuhan yang dimilikinya. Hal ini menunjukkan bahwa sumberdaya memberikan dampak yang kuat terhadap tingkat stress orangtua dengan anak berkebutuhan khusus.

Beban pengasuhan yang berat juga rentan membuat orangtua dengan anak menjadi stress. Tanggung jawab orangtua dengan anak berkebutuhan khusus dikelompokkan menjadi empat, yaitu; 1) bertanggung jawab dalam pengambilan keputusan anaknya, 2) sosialisasi lingkungan anak yang berkebutuhan khusus disesuaikan oleh orangtuanya, 3) orangtua menjadi guru dari anaknya, 4) bertanggung jawab sebagai advokat yaitu sebagai pendukung, pembela kepentingan anak berkebutuhan khusus (Khoirunnisa dkk., 2023). Tanggung jawab yang perlu dipikul orangtua sebagai *caregiver* utama dari anak berkebutuhan khusus ini memberikan kesulitan kepada para orangtua dan menjadikan orangtua merasakan stress dalam pengasuhan.

Hilangnya sumber daya berharga, seperti harta benda, kondisi situasional atau lingkungan (seperti dukungan dan Kesehatan), karaktersistik pribadi (seperti *self-efficacy* dan keterampilan) dapat memberikan kerentanan stress dan depresi pada individu yang dapat menyebabkan berkurangnya kemampuan individu untuk

mengatasi situasi krisis (Li dkk., 2015). Ibu dari anak penyandang disabilitas intelektual dan perkembangan menunjukkan tingkat stress yang lebih tinggi daripada ibu dari anak yang bukan penyandang disabilitas (Halstead dkk., 2018). Ibu merupakan pengasuh utama bagi kebanyakan anak dengan *developmental disability*, Ibu berperan penting dalam memberikan perawatan dan kebutuhan anaknya. Hal ini menyebabkan ibu memiliki tingkat stress yang lebih tinggi dibandingkan ayah (Lee, 2013).

Stress pada orangtua dengan anak berkebutuhan khusus berdampak pada melemahnya daya tahan tubuh dan hadirnya perasaan negatif yang membuat sedih, marah, benci, tidak berguna, dan berujung pada putus asa (Putri dkk., 2019). Orangtua yang mengalami stress dalam pengasuhan dapat memunculkan tindakan yang berpeluang menyebabkan *toxic stress* pada anak. Orangtua yang memojokkan anak secara psikologis atau melukai secara fisik, tanpa adanya dukungan dan keterlibatan emosional yang dapat anak rasakan, hal itu dapat menjadikan anak menderita *toxic stress* (Ghaisani & Hendriani, 2022). Orangtua memerlukan strategi dalam pengasuhan anak berkebutuhan khusus, sehingga orangtua dapat mengelola stress yang disebabkan oleh pengasuhan tersebut, strategi ini dinamakan dengan *coping stress*. Pemilihan *coping strategy* bagi orangtua dengan anak berkebutuhan khusus sangatlah penting dalam perkembangan anak, hal itu menjadikan setiap orangtua memiliki strategi *coping* yang berbeda-beda (Kurniasih dkk., 2023).

Deater Deckard dalam penelitian Lestari & Widyawati (2018) menyatakan stress pengasuhan yang tinggi dapat menjadikan orangtua memberikan pola asuh

yang otoriter. Lassenbery & Rehfeldt dalam penelitian Kawuryan (2022) mengemukakan bahwa ibu dari anak dengan gangguan perkembangan memiliki level stress yang sangat tinggi dan cenderung memberikan reaksi negatif pada kecacatan anak. Case & Smith menyatakan bahwa tingkat stress yang tinggi ini disebabkan oleh tuntutan yang besar dalam pengasuhan abk yang mereka miliki. Seringkali ibu tidak bisa menerima kenyataan bahwa kondisi anaknya berbeda dengan harapan yang miliknya (Kawuryan, 2022).

Sharma & Thapa (2020) dalam penelitiannya menemukan bahwa orangtua anak berkebutuhan khusus mengalami *caregiver syndrome* atau *caregiver stress* dimana kondisinya menunjukkan kelelahan, marah, dan rasa bersalah yang kuat dari pemberian perawatan yang tak henti-henti. Merawat seseorang dengan perilaku yang sulit rentan membuat orangtua terkena *Caregiver stress*. Para orangtua yang terlalu tenggelam dalam perannya sebagai pengasuh anak berkebutuhan khusus menjadikan mereka mengabaikan kesehatannya sendiri. Seiring berjalannya waktu hubungan antara orangtua dengan anak pun dapat berubah menjadi pengasuh dan pasien. Kesulitan dalam menerima perubahan peran ini menyebabkan orangtua rentan terkena stress.

Stress dalam pengasuhan memberikan dampak yang signifikan pada perilaku orangtua, sehingga pengasuhan yang diberikan kepada anak menjadi tidak optimal (Giannotti dkk., 2021). Perbedaan kecacatan pada anak juga memberikan tantangan perilaku yang berdampak pada keluarga (Feldman dkk., 2007). Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa kehadiran anak berkebutuhan khusus pada orangtua

dengan strategi *coping* yang tepat telah menguatkan kesatuan keluarga, serta secara positif berkontribusi pada kualitas hidup anggota keluarga (Ghaisani & Hendriani, 2022). Penelitian yang dilakukan Khoirunnisa dkk., (2023) ada beberapa hal yang mempengaruhi strategi *coping* pada orangtua dengan anak berkebutuhan khusus, diantaranya ialah jenis disabilitas anak, dan tingkat pendidikan orangtua. Selain itu, karakteristik pribadi juga membentuk *coping* stress saat menerima stressor.

Tidaklah mudah bagi orangtua untuk menerima kenyataan bahwa anak yang mereka sayangi terlahir berbeda. Tuntutan pengasuhan yang berat dan cemoohan dari masyarakat membuat orangtua semakin sulit untuk menerima keadaan anaknya yang *special*. Penolakan terhadap kenyataan bahwa anak terlahir sebagai anak berkebutuhan khusus menjadi salah satu penyebab stress dari orangtua anak berkebutuhan khusus. Ketidakmampuan orangtua anak berkebutuhan khusus dalam mengelola stressnya dapat menimbulkan emosi negatif dimana orangtua mencari seseorang yang dapat disalahkan atas kelahiran anaknya yang berkebutuhan khusus.

Hikam (2023) dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa penyandang disabilitas seringkali masih dipandang rendah, seperti dikaitkan dengan hal mistis yang memandang disabilitas merupakan sebuah aib atau bahkan dianggap sebagai kutukan. Covey (dalam Hikam, 2023) menemukan bahwa secara umum masyarakat memiliki pandangan-pandangan tertentu terhadap penyandang disabilitas seperti : hukuman dari Tuhan karena dosa yang dimiliki, sihir, adanya salah paham pada orangtua selama kehamilan, disebabkan roh jahat, dipengaruhi astrologi dimana dianggap sebagai manusia rendah atau seperti binatang, dianggap jelek, jahat,

bergantung pada belaskasihan, secara seksual hiperaktif, rusak, kurang diterima dimasyarakat, serta secara sosial menyimpang. Pandangan-pandangan seperti ini mengakibatkan penyandang disabilitas dianggap sebagai beban.

Perasaan malu menjadi salah satu alasan sulitnya pasangan dalam menerima kehadiran anak berkebutuhan khusus, serta hadirnya berbagai permasalahan yang hadir dalam keluarga, salah satu permasalahan yang hadir dalam keluarga dengan anak berkebutuhan khusus ialah perceraian. Perceraian yang terjadi dalam keluarga dengan anak berkebutuhan khusus didasari oleh berbagai faktor diantaranya seperti orangtua yang memiliki penerimaan diri dan resiliensi yang rendah, dan adanya persepsi negatif dari orangtua terhadap anak berkebutuhan khusus (Daroni, 2018). Penelitian yang dilakukan oleh Hartley dkk., (2010) menemukan bahwa orangtua anak berkebutuhan khusus memiliki tingkat perceraian yang lebih tinggi dibandingkan dengan yang tidak, dengan persentase 23,5% banding 13,8% dari 391 orangtua dengan gangguan ASD.

Penelitian tersebut didukung oleh penelitian Levi & Sum (2022) yang menyimpulkan bahwa proses penerimaan orangtua anak berkebutuhan khusus tidaklah mudah dimana kehadiran anak yang tidak sesuai dengan harapan keluarga menimbulkan rasa sedih, kecewa, malu, bingung, stress ringan, dan merasa bersalah kepada diri sendiri. Dalam penelitiannya, Handayani & Pratami (2020) beberapa faktor yang membuat sulitnya proses penerimaan diri orangtua anak berkebutuhan khusus, diantaranya yaitu orangtua dalam mengatasi kabar buruk mengenai anaknya pasca kehaliran. Kemudian, ekspektasi orangtua yang mengharapkan memiliki anak

ideal juga memberikan pengaruh pada respon orangtua terhadap anak disabilitas yang mereka miliki. Namun, kurangnya pengetahuan mengenai disabilitas yang dialami oleh anak mereka menjadi faktor tersulit bagi orangtua dalam melakukan penerimaan diri. *Parental acceptance-rejection theory* (teori penerimaan-penolakan orangtua) oleh Rohner (Lidania, 2016) menguraikan tentang penolakan atau penerimaan pada orangtua akan terekspresi secara fisik maupun verbal.

Menjadi orangtua dari anak berkebutuhan khusus memberikan beban stress yang cukup berat, terlebih jika harus menjadi orangtua tunggal yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Perceraian membuat terjadinya beberapa perubahan dalam kehidupan, setiap orang yang mengalaminya harus berjuang dengan perasaan sedih, marah, ambivalensi dan rasa bersalah yang kuat. Selain itu, timbulnya permasalahan dalam pengelolaan keuangan, dan adaptasi dengan pola hidup yang baru. Jika ada anak dalam keluarga yang bercerai, maka haruslah membuat kesepakatan mengenai hak asuh dan kunjungan orangtua. Semua proses perubahan tersebut menghasilkan stress yang cukup tinggi bagi orang yang mengalaminya (Molina, 2000).

Molina (2000) dalam penelitiannya menemukan bahwa ada 5 kategori stress yang dialami oleh orang yang bercerai, diantaranya ialah masalah keuangan, pekerjaan, pendidikan, rumah, dan Kesehatan. Tidak adanya pasangan untuk berbagi tanggung jawab adalah hal yang paling membuat stress. Timbulnya permasalahan keuangan ditahun pertama setelah perceraian mendorong timbulnya stress yang membuat rendahnya kemungkinan peningkatan kebahagiaan setelah perceraian (Cavapozzi dkk., 2020). Penelitian sebelumnya menemukan bahwa adanya *chronic*

high level of psychological stress yang disebabkan oleh perceraian (Booth & Amato, 1991).

Rachman dkk., (2023) dalam penelitiannya menyatakan bahwa wanita yang berperan sebagai orangtua tunggal akibat perceraian tidaklah mudah untuk dilakukan. Seorang ibu tunggal bergerak didalam dua ruang sosial, yang pertama ialah ruang sosial dimana ia bergerak sebagai pencari nafkah dan sebagai ibu rumah tangga di ruang domestik. Dalam penelitian sebelumnya, hubungan dengan anak menjadi penyebab stress yang paling utama bagi ibu tunggal (Octaviani dkk., 2018). Asilah & Hastuti (2014) dalam penelitiannya menemukan bahwa delapan dari sepuluh ibu bercerai mengalami stress dimana besarnya pendapatan, tingkat pendidikan yang tinggi, dan jumlah anggota keluarga mempengaruhi tingkat stress ibu tunggal. Tuntutan bertahan hidup untuk diri sendiri dan anak-anaknya bagi seorang *ibu tunggal* dalam penyelesaiannya menimbulkan stress dan gangguan kepercayaan diri, serta menjadikan mereka kehilangan kebahagiaan dalam dirinya (Yuyu dkk., 2015).

Penelitian yang dilakukan oleh Andrawina (2017) melibatkan lima subjek ibu tunggal dari anak berkebutuhan khusus menyimpulkan bahwa tidak mudah bagi ibu tunggal tersebut untuk memberikan pengasuhan terhadap anaknya yang berkebutuhan khusus, dimana para ibu tunggal tersebut harus bekerja untuk memenuhi kebutuhan hidupnya sekaligus mengasuh anaknya. Dua dari lima subjek penelitiannya mengatakan bahwa tidak memiliki banyak waktu untuk mengasuh anaknya yang berkebutuhan khusus karena harus bekerja dari pagi hingga malam. Tiga subjek

lainnya mengalami kesulitan dalam pengasuhan karena anaknya yang berkebutuhan khusus membutuhkan perhatian lebih.

Pada penelitian sebelumnya oleh Ramadhani & Rahmandani (2019) yang melibatkan tiga subjek ibu tunggal dari anak berkebutuhan khusus menyimpulkan bahwa dalam pengasuhannya ketiga subjek penelitian tersebut terlibat dalam perawatan, pengasuhan, dan pendidikan anaknya. Bagi salah satu subjek dalam penelitian tersebut, memiliki keterbatasan tidak menjadi penghalang untuk anaknya mandiri. Dengan kesabaran dan ketekunan beliau mengajarkan anaknya cara untuk mengurus dirinya sendiri dan juga mengajarkan anaknya melakukan pekerjaan ringan, seperti merapihkan tempat tidur. Dalam kemandirian anaknya, anak berkebutuhan khusus dari subjek lain dalam penelitian ini juga sudah bisa mengurus dirinya sendiri, seperti mandi dan memakai baju sendiri. Ketiga subjek ini juga berusaha untuk meluangkan waktunya agar bisa menghabiskan waktu bersama anaknya dengan mengajaknya berkeliling kota, belanja, dan liburan. Selain itu, ketiga subjek dalam penelitian ini pun memperhatikan pendidikan anaknya dengan mendatangkan guru privat untuk mengajarkan anaknya, mendaftarkan anaknya untuk ikut terapi, dan mengajari anaknya langsung agar bisa membaca dan menulis.

Penelitian lainnya oleh R. P. Putri dkk., (2022) yang menggunakan metode studi kasus dengan jumlah subjek satu orang, menemukan bahwa subjek penelitiannya yang merupakan ibu tunggal dari anak berkebutuhan khusus menggunakan dua strategi *coping*, yaitu *problem-focused coping* dan *emotion-focused coping*. Pada *problem-focused coping* subjek menggunakan *confrontative*

coping dimana terkadang ia memukul anaknya ketika ia sedang stress dan anaknya sulit diatur. Pada *emotion-focused coping* subjek menggunakan *self controlling* dimana subjek menyembunyikan status perceraianya selama 16 tahun kepada tetangga dan saudaranya. Selain itu, *positive reappraisal* juga digunakan oleh subjek dimana ia melampiaskan stressnya dengan beribadah.

Dukungan dari pihak luar dapat membantu ibu tunggal dalam mengasuh anaknya. Dengan adanya bantuan dari sekolah, ibu tunggal dapat memahami apa yang diinginkan oleh anaknya dengan lebih mudah. Dukungan-dukungan dari pihak luarpun dapat meningkatkan usaha ibu tunggal dalam pengasuhan anaknya sehingga ibu tunggal dapat memberikan pengasuhan sesuai yang dibutuhkan anak (Andrawina, 2017). Hal ini didukung oleh penelitian Ramadhani & Rahmandani (2019) yang menemukan bahwa dukungan dari keluarga memberikan dampak positif bagi penyesuaian diri ibu tunggal dari anak berkebutuhan khusus, dimana dukungan dari lingkungan ini menjadi salah satu dorongan bagi ketiga subjek penelitiannya untuk menerima kondisi sebagai ibu tunggal dari anak berkebutuhan khusus.

Kendati demikian, bukanlah hal mudah bagi ibu tunggal dalam mengajari anak yang memiliki keterbatasan. Tingkah laku anak yang terkadang sulit diatur, pemarah, mudah tersinggung menjadi salah satu kesulitan yang dialami oleh ibu tunggal dari abk. Selain harus merawat anaknya, ibu tunggal juga harus bekerja untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari keluarga. Beban-beban yang ditanggung oleh ibu tunggal dari anak berkebutuhan khusus tersebut dapat memicu stress pada pengasuhan ibu tunggal. Stress pengasuhan yang dialami ibu tunggal akan

menghambat tanggung jawabnya sebagai pengasuh yang menyebabkan permasalahan-permasalahan pada tumbuh kembang sang anak (Octaviani dkk., 2018). Ibu tunggal perlu memiliki cara mengelola stress, sehingga stress yang dialami ibu tidak berdampak pada pengasuhan anaknya.

Coping didefinisikan sebagai upaya yang dilakukan seseorang untuk mengelola atau merespon suatu situasi yang berbahaya atau penuh tekanan, salah satunya stress yang diciptakan oleh pengasuhan anak berkebutuhan khusus. Stress pada orangtua dengan anak berkebutuhan khusus mempengaruhi adaptasi orangtua dengan kondisi sang anak (Isa dkk., 2017). *Coping* berpotensi menurunkan risiko orangtua mengembangkan depresi dan psikopatologi lainnya (Zablotsky dkk., 2013).

Coping stress merupakan reaksi dari penganggungan stress yang dilakukan untuk mengurangi stress itu sendiri (Aryawan & Diniari, 2020). Kurniawan dkk., (2023) mengatakan bahwa dalam mengatasi berbagai tuntutan internal maupun eksternal yang memicu stress, individu menggunakan *coping* untuk mengatasi hal tersebut. Dalam konsep psikoanalitik ego, *coping* didefinisikan sebagai pemikiran dan tindakan yang realistik dan fleksibel yang mengurangi stress dengan memecahkan masalah (Lazarus & Folkman, 1984).

Individu memiliki strategi *coping* yang berbeda-beda dalam mengatasi stress yang dimiliki (Khoirunnisa dkk., 2023). Lazarus & Folkman (1984) mengatakan terdapat 6 faktor yang mempengaruhi *coping*, diantaranya yaitu a) Kesehatan dan energi, b) Keyakinan positif, c) Kemampuan pemecahan masalah, d) Kemampuan sosial, e) Dukungan sosial, f) sumber daya material. Lazarus juga mengelompokkan

coping stress kedalam dua tipe umum, yaitu *problem-based coping* yang berorientasi untuk menyelesaikan dan *emotion-based coping* yang memiliki tujuan untuk mengelola perasaan tertekkan terkait stressor (Bozkurt dkk., 2019).

Penelitian yang dilakukan oleh Lai dkk., (2015) menyimpulkan bahwa orangtua dari anak dengan ASD mengalami gejala stress dan depresi pengasuhan dan *coping* yang lebih maladaptif orangtua dari anak yang perkembangannya normal. Lee (2013) dalam penelitiannya menemukan bahwa ibu dari anak dengan *developmental disorder* mengalami tingkat stress yang lebih tinggi juga dibanding anak-anak yang berkembang normal. Penelitian yang dilakukan Hardi & Sari (2019) tubuh yang mudah lelah, adanya kecemasan, perasaan takut, kecewa, malu, sedih malu, perilaku menangis, memukul, dan mencubit anak merupakan respon dari stress yang dialami ibu dengan anak berkebutuhan khusus.

Bozkurt dkk., (2019) pada penelitiannya menemukan bahwa ibu memiliki nilai dukungan sosial yang lebih tinggi dibandingkan ayah, namun ayah memiliki nilai kepercayaan diri yang lebih tinggi dibandingkan ibu. Penelitian ini juga menyatakan bahwa lebih banyak menggunakan *problem-focused coping* daripada ayah. Ibu juga mengalami kelelahan yang lebih banyak dibandingkan ayah dalam pengasuhan anak berkebutuhan khusus. Khoirunnisa dkk., (2023) dalam penelitiannya menemukan bahwa strategi *coping stress* pada orangtua abk dipengaruhi beberapa hal, diantaranya jenis disabilitas pada anak, dan tingkat pendidikan orangtua.

Rahmah & Neviyarni, (2022) dalam penelitiannya mengemukakan bahwa *coping stress* memberikan kontribusi yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis wanita yang bercerai. Dalam penelitian sebelumnya, *problem-focused coping* digunakan oleh Wanita yang bercerai dimana aspek *confrontative coping*, *planful problem solving*, dan *seeking social support*, mendapatkan hasil yang cukup tinggi dilihat dari bagaimana wanita bercerai berusaha mencari nafkah untuk memenuhi kebutuhan ekonomi keluarga, berbagi cerita dan bertukar pikiran dengan orang yang dipercaya guna menemukan solusi untuk permasalahan. Sedangkan penggunaan *emotion-focused coping* cukup tinggi dilihat dari bagaimana Wanita bercerai melakukan *self control* pada pengendalian emosi atau tindakan terhadap permasalahan yang ada, serta *positive appraisal* yakni pencarian makna positif dari permasalahan yang dihadapi, dan *escape/avoidance* dan *distancing* dengan menghindari stimulus permasalahan (Edelweis dkk., n.d.).

Ramadhani & Rahmandani (2019) dalam penelitiannya mengemukakan bahwa satu dari tiga subjek ibu tunggal anak berkebutuhan khusus menggunakan *emotional focused coping* untuk meredakan stressnya dengan fokus pada emosi yang dirasakan tanpa berusaha mengubah situasi yang menyebabkan stress. Satu lainnya memilih *problem focused coping* untuk mengatasi stressnya tersebut, misalnya dengan melarang anaknya bermain diluar agar ibu dapat mengawasi anaknya secara langsung, sekaligus menghindari keributan dengan tetangga. Sedangkan subjek terakhir dalam penelitian ini menggunakan *positive reappraisal* yang termasuk

kedalam *emotion focused coping*, dimana subjek berusaha berpikir positif dengan mengatakan hal-hal positif kepada dirinya sendiri.

Dari studi awal yang telah dilakukan sebelumnya terhadap tiga orangtua dengan anak disabilitas yang mengikuti kelas vokasi di Rumah Terapi Aura (RTA), dua diantaranya mengalami stress terutama ketika anaknya mengalami tantrum. Sedangkan, satu lainnya ia menganggap cobaan yang dialaminya sebagai hidayah dari Allah SWT untuk meningkatkan keimanan dan ketakwaan kepada sang pencipta.

Salah satu dari orangtua tersebut, ibu A adalah seorang ibu tunggal yang memiliki remaja laki-laki berkebutuhan khusus berusia 15 tahun. Dalam pengasuhannya ibu A berusaha memberikan yang terbaik untuk anaknya seperti mengikut sertakan anaknya tersebut ke kelas Vokasi dan pada tahun ini anaknya didaftarkan untuk mengikuti terapi di Rumah Terapi Aura (RTA). Selain itu, ibu A juga selalu membawa anaknya tersebut dalam kegiatan-kegiatannya agar anaknya bisa berinteraksi dan bersosialisasi dengan lingkungan dan orang lain.

Selain ibu A, salah satu ibu tunggal yang menyekolahkan anaknya di SLB ABCD LOB juga memiliki remaja berkebutuhan khusus, yaitu Ibu B yang memiliki remaja perempuan berkebutuhan khusus berusia 17 tahun. Dalam pengasuhannya Ibu B melibatkan anaknya dalam kegiatan-kegiatan rumah tangga sehari-hari untuk melatih kemandiriannya, seperti memasak, mencuci piring, dan memandikan keponakannya sehingga anaknya dapat mengerjakan pekerjaan-pekerjaan tersebut sendiri.

Ibu C juga merupakan ibu tunggal yang mensekolahkan anaknya di SLB Negeri Cinunuk juga memiliki remaja perempuan berkebutuhan khusus berusia 13 tahun. Setelah suaminya meninggal dunia sejak 4 tahun yang lalu, ibu C berusaha untuk hidup mandiri sembari mengasuh anaknya yang mengalami *down syndrome*. Dalam pengasuhannya, ibu C tidak melibatkan anaknya yang berkebutuhan khusus untuk melakukan kegiatan sehari-hari karena takut anaknya tidak melakukan pekerjaan rumah dengan baik. Namun, ibu C berusaha memenuhi kebutuhan pendidikan anaknya dengan tetap tinggal dirumah peninggalan suaminya bersama mertuanya dikarenakan sulitnya tempat pendidikan untuk anak berkebutuhan khusus yang memadai di daerah asalnya.

Coping stress sangatlah penting untuk dimiliki setiap orang termasuk para orangtua yang memiliki remaja berkebutuhan khusus. Berdasarkan fenomena yang ditemukan dari studi awal dan penelitian sebelumnya didapatkan bahwa memiliki remaja berkebutuhan khusus menjadi salah satu penyebab stress pada ibu, dimana salah satu penyebabnya ialah kesulitan dalam menghadapi remaja yang tantrum. Perceraian yang dialami ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus menambah beban yang harus ditanggung oleh sang ibu sehingga hal tersebut menambah beban stress ibu dengan anak berkebutuhan khusus yang ia miliki. Orangtua dengan remaja berkebutuhan khusus memiliki tingkat stress yang cukup tinggi, Tingkat stress yang tinggi ini menunjukkan bahwa ibu kesulitan dalam menjaga kesejahteraan mentalnya, sehingga dapat menghambat ibu dalam memberikan pola asuh yang sesuai dengan yang dibutuhkan remaja berkebutuhan khususnya.

Pada beberapa penelitian sebelumnya seperti penelitian (R. P. Putri et al., 2022) dengan judul Studi Kasus : *Coping Stress* Orang Tua Tunggal Dalam Mengasuh Anak Retardasi Mental memaparkan bagaimana strategi *coping stress* yang digunakan oleh ibu tunggal untuk mengatasi beban stress sebagai ibu tunggal yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Sedangkan, penelitian (Kawuryan, 2022) dengan judul *Coping Stress* Pada Ibu dengan Anak Berkebutuhan Khusus memaparkan bagaimana strategi *coping stress* pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus, dimana terdapat peran suami yang memberikan dukungan kepada sang ibu. Dalam penelitian ini, peneliti menekankan bagaimana *coping stress* pada pengasuhan ibu tunggal yang memiliki remaja berkebutuhan khusus, dimana hal ini belum dibahas dalam penelitian-penelitian sebelumnya.

Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dipaparkan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu bagaimana gambaran *coping stress* pada pengasuhan ibu tunggal yang memiliki remaja berkebutuhan khusus.

Tujuan Penelitian

Berdasarkan pemaparan rumusan masalah diatas, tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui gambaran *coping stress* pada pengasuhan ibu tunggal yang memiliki remaja berkebutuhan khusus.

Kegunaan Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian yang dipaparkan diatas, terdapat beberapa kegunaan dalam penelitian ini, yaitu sebagai berikut :

1. Kegunaan Teoritis

Melalui penelitian ini, diharapkan akan diketahui bagaimana *coping stress* pada ibu yang bercerai karena memiliki anak berkebutuhan khusus yang memiliki peran sebagai pengasuh utama anaknya dan tulang punggung keluarga. Sehingga penelitian ini dapat berkontribusi dalam perkembangan ilmu psikologi terutama psikologi positif *coping stress* pada orangtua anak berkebutuhan khusus.

2. Kegunaan Praktis

Peneliti berharap penelitian ini dapat memberikan gambaran kepada masyarakat luas, terutama orangtua dari anak berkebutuhan khusus mengenai *coping stress* yang dapat digunakan orangtua untuk menghindari stres yang disebabkan oleh beban pengasuhan dari anak berkebutuhan khusus.

