



<https://jurnal.unigal.ac.id/index.php/JKG/>

## KOPING STRES ORANG TUA YANG MEMILIKI ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS DI SLB ABC KOTA TASIKMALAYA

Eli Kurniasih<sup>1</sup>, Delia Rifdah Basuni<sup>2</sup>, Chita Widia<sup>3</sup>

<sup>1, 2, 3</sup> Universitas Bakti Tunas Husada, Indonesia

(Sejarah artikel: Diserahkan November 2022, Diterima Desember 2022, Diterbitkan Januari 2023)

### ABSTRAK

Orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus memiliki tanggung jawab dan tekanan psikologis yang lebih besar dalam mengasuh dan perawatan anak sehingga dapat menyebabkan *parenting stress*. Pemilihan strategi koping sangat penting dalam menentukan perkembangan anak. Tujuan Penelitian untuk Mengetahui tingkat stress orang tua dalam menghadapi anak berkebutuhan khusus dan mengetahui strategi koping yang digunakan orang tua dalam menghadapi anak berkebutuhan khusus di SLB ABC Argasari Lestari Tasikmalaya. Rancangan penelitian ini berjenis deskriptif kuantitatif. Jumlah sampel 50 responden dengan teknik sampling *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner *Depression Anxiety Stres Scales* (DASS 42) dan *Ways of Coping Questionnaire* (WCQ). Hasil Penelitian bahwa tingkat stress orang tua yang peneliti dapatkan, yaitu normal sebanyak 12 orang (24,0%), stress ringan 23 orang (46,0%), stress sedang 14 orang (28,0%), stress berat 1 orang (2,0%), dan stress sangat berat tidak ada. Koping yang digunakan orang tua dalam menghadapi stress yaitu koping berfokus pada masalah sebanyak 42 orang (84,0%), koping berfokus pada emosi 6 orang (12,0%), koping berfokus pada masalah dan emosi 2 orang (4,0%). Jadi tingkat stress orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus di SLB ABC Argasari Lestari Tasikmalaya mengalami stress ringan dan menggunakan koping berfokus pada masalah dalam menghadapi stress.

**Kata Kunci:** Anak Berkebutuhan Khusus, Orang Tua, Tingkat Stres, Strategi Koping

### ABSTRACT

Parents who have children with special needs have greater responsibility and psychological pressure in raising and caring for children so that it can cause *parenting stress*. Selection of coping strategies is very important in determining the development of children. The purpose of this study was to determine the stress level of parents in dealing with children with special needs and to find out the coping strategies used by parents in dealing with children with special needs at SLB ABC Argasari Lestari Tasikmalaya. The research design is a quantitative descriptive type. Total sample is 50 respondents with sampling technique *purposive sampling*. Data collection techniques using a questionnaire *Depression Anxiety Stres Scales* (THAT 42) then *Ways of Coping Questionnaire* (WCQ). The results of this study showed that the stress level of the parents that the researchers got, namely normal as many as 12 people (24.0%), 23 people (46.0%) mild stress, 14 people (28.0%) moderate stress, 1 person with severe stress (2.0%), and very severe stress is absent. Coping used by parents in dealing with stress is coping that focuses on problems as many as 42 people (84.0%), coping focuses on emotions 6 people (12.0%), coping focuses on problems and emotions 2 people (4.0%). So the stress level of parents who have children with special needs at SLB ABC Argasari Lestari Tasikmalaya experience mild stress and use coping focusing on problems in dealing with stress.

**Keywords:** Children with Special Needs, Parents, Stress Levels, Coping Strategies

## PENDAHULUAN

WHO (*World Health Organization*) (2015) menyatakan bahwa sekitar 15% orang mengalami penyandang disabilitas di dunia. Jumlah anak berkebutuhan khusus (ABK) di Indonesia cukup tinggi, terdapat 144.621 siswa terdaftar di Sekolah Luar Biasa (SLB) pada tahun ajaran 2020/2021, terdiri dari 82.326 siswa berada di jenjang pendidikan Sekolah Dasar (SD), 36.884 siswa di jenjang pendidikan Sekolah Menengah Pertama (SMP), serta 25.411 siswa yang tengah menempuh Sekolah Menengah Atas (SMA) (Pusparisa, 2021).

Menurut data Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan terdapat jumlah anak berkebutuhan khusus di Jawa Barat sebanyak 2.800 anak (Kemendikbud, 2018). Penduduk Kota Tasikmalaya tahun 2016 sebanyak 690.495 jiwa, dengan 529 jiwa atau 0,08% mengalami berkebutuhan khusus atau penyandang cacat, serta jumlah penyandang cacat fisik sebanyak 162 orang (Ningsih, 2017). Berdasarkan data yang diperoleh dari SLB ABC Argasari Lestari Kecamatan Cihideung Kota Tasikmalaya anak berkebutuhan khusus berjumlah 64 orang yang terdiri dari tingkat Sekolah Dasar (SD) 32 orang, Sekolah Menengah Pertama (SMP) 24 orang, dan Sekolah Menengah Atas (SMA) 8 orang pada tahun ajaran 2021/2022.

Orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus tidak semua dapat menerima kondisi anaknya. Berdasarkan penelitian di SDLB N.20 Nan Balimo Kota Solo terdapat 58,62% orang tua merasa malu dan 34,48% orang tua sangat kecewa karena anaknya tergolong ABK, tidak sesuai yang diharapkan (Anggraini, 2013 dalam Hidayat dkk., 2021).

Orang tua merupakan orang yang paling bertanggung jawab terhadap pengasuhan, perawatan, dan penanganan anak. Kewajiban ini tanggungjawab bersama bagi suami dan istri untuk berbagi peran dalam mengasuh anak, tetapi ibu memiliki tanggung jawab yang lebih

besar dalam mengasuh dan perawatan anak (Sujito, 2017). Orang tua dengan anak berkebutuhan khusus memiliki tanggung jawab dan tekanan psikologis yang lebih besar dalam mengasuh dan membesarkan anaknya. Tekanan tersebut dapat menyebabkan *parenting stress* yang memiliki dampak negatif terhadap orang tua, hubungan orang tua dengan anak, dan anak itu sendiri (Wahyudi, 2020).

Dampak stress orang tua dalam menghadapi anak berkebutuhan khusus yaitu melemahnya daya tahan tubuh dan munculnya perasaan negatif. Perasaan negatif tersebut dapat membuat orang tua merasa sedih, marah, benci, tidak berguna, dan berujung pada putus asa (Putri dkk., 2019). Pemilihan strategi coping sangat penting dalam menentukan perkembangan anak sehingga setiap orang tua menggunakan strategi yang berbeda

Strategi coping bagi orang tua yang mengasuh anak berkebutuhan khusus perlu menggunakan coping adaptif untuk memecahkan masalah dengan menggunakan proses kognitif, efektif, psikomotorik seperti berbicara dengan orang lain untuk mencari jalan keluar suatu masalah, belajar dari pengalaman masa lalu, dan membuat berbagai tindakan dalam menangani situasi. Orang tua dengan anak berkebutuhan khusus sering menggunakan coping mal adaptif yang dapat menimbulkan respon negatif melalui munculnya mekanisme pertahanan diri, respon verbal, muncul perilaku agresif dan penarikan diri. (Pratiwi, 2013 dalam Hidayat dkk., 2021).

## METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang peneliti lakukan adalah Metode Deskriptif dengan pendekatan Kuantitatif, yaitu suatu penelitian yang dilakukan untuk mengetahui nilai variabel mandiri, baik satu variabel atau lebih (independen) tanpa membandingkan atau menghubungkan dengan variabel lain (Sugiyono, 2012 dalam Jayusman & Shavab, 2020).

Populasi dalam penelitian ini adalah orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus di SLB ABC Argasari Lestari Kota Tasikmalaya sebanyak 124 orang.

Teknik sampling adalah cara pengambilan sebagian populasi sedemikian rupa sehingga sampel dapat mewakili populasi (Sumargo, 2020). Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian adalah *non probability sampling* dengan metode *purposive sampling* yang memenuhi kriteria dijadikan sampel penelitian sebanyak 95. tetapi sampel yang sesuai dengan kriteria inklusi sebanyak 50 orang tua Kriteria sampel dalam penelitian terdiri dari 2 subjek yaitu :

1) Kriteria Inklusi

Kriteria inklusi dalam penelitian ini yaitu :

- a) Orang tua yang bersedia untuk menjadi responden.
- b) Orang tua yang rutin mengantar ke sekolah.

- c) Orang tua yang tinggal satu rumah dengan siswa/siswi berkebutuhan khusus.
- d) Apabila siswa/siswi berkebutuhan khusus mempunyai orang tua, maka oleh ibu.
- e) Apabila siswa/siswi berkebutuhan khusus tidak mempunyai ibu, maka oleh ayah.
- f) Apabila siswa/siswi berkebutuhan khusus tidak mempunyai orang tua, maka oleh kakak atau adik juga saudara kandung dari ayah atau ibu.

2) Kriteria Eksklusi

- a) Orang tua yang menolak untuk dijadikan sebagai responden.
- b) Orang tua yang tidak tinggal satu rumah dengan siswa/siswi berkebutuhan khusus.
- c) Siswa/siswi yang tidak memiliki kakak atau adik juga saudara kandung dari ayah atau ibu.

**HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

**A. Hasil Penelitian**

1. Karakteristik Responden

Penyajian hasil penelitian ini memberikan gambaran mengenai distribusi frekuensi responden dimana diperoleh hasil penelitian sebagai berikut:

a. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 5.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

No.	Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Perempuan	34	68.0
2.	Laki-laki	16	32.0
	Jumlah	50	100.0

b. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

No.	Usia	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Dewasa Awal (22-35 Tahun)	7	14.0
2.	Dewasa Akhir (36-45 Tahun)	16	32.0
3.	Lansia Awal (46-55 Tahun)	21	42.0
4.	Lansia (56-65 Tahun)	6	12.0
	Jumlah	50	100.0

c. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan

No.	Pendidikan	Frekuensi	Persentase (%)
1.	SD	11	22.0
2.	SMP	18	36.0
3.	SMA	15	30.0
4.	D3	2	4.0
5.	SI	4	8.0
Jumlah		50	100.0

d. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan

No.	Pekerjaan	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Tidak Bekerja	26	52.0
2.	Buruh	7	14.0
3.	Wiraswasta	8	16.0
4.	Pedagang	4	8.0
5.	Karyawan Swasta	4	8.0
6.	PNS	1	2.0
Jumlah		50	100.0

2. Hasil Penelitian Responden Berdasarkan Tingkat Stress

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Stres Orang Tua Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus

Tabel 5 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Stres Orang Tua

No.	Tingkat Stres	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Normal	12	24.0
2.	Stres Ringan	23	46.0
3.	Stres Sedang	14	28.0
4.	Stres Berat	1	2.0
5.	Stres Sangat Berat	0	0
Jumlah		50	100.0

3. Hasil Penelitian Berdasarkan Koping yang Digunakan Orang Tua dalam Menghadapi Stres.

Distribusi *Frekuensi Responden Berdasarkan Koping yang Digunakan Orang Tua dalam Menghadapi Stres yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus*

Tabel 6 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Koping yang Digunakan Orang Tua

No.	Koping	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Koping Berfokus Pada Masalah	42	84.0
2.	Koping Berfokus Pada Emosi	6	12.0
3.	Koping Berfokus Pada Masalah dan Emosi	2	4.0
Jumlah		50	100.0

## B. Pembahasan

### 1. Karakteristik Responden

Responden pada penelitian ini adalah orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus di SLB ABC Argasari Lestari Kota Tasikmalaya. Jumlah responden dalam penelitian ini sebanyak 50 orang tua.

#### a. Jenis Kelamin

Hasil penelitian menunjukkan bahwa orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus berjenis kelamin perempuan sebanyak 34 orang dengan persentase (68,0%) dan berjenis kelamin laki-laki sebanyak 16 orang dengan persentase (32,0%).

Hasil penelitian sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Hidayat dkk (2021), orang tua yang mengalami stress adalah berjenis kelamin perempuan sebanyak 35 orang (58,3%). Penelitian yang dilakukan oleh Wahyudi (2020) mengemukakan bahwa dari 69 responden yang diteliti, orang tua yang mengalami stress mayoritas dengan jenis kelamin perempuan sebanyak 44 orang (63,8%). Penelitian yang dilakukan oleh Sirait (2015) mengemukakan orang tua yang mengalami stress yaitu berjenis kelamin perempuan sebanyak 30 orang (100%). Penelitian yang dilakukan oleh Lutfianawati, dkk (2019) orang tua yang mengalami stress dengan jenis kelamin perempuan sebanyak 107 orang (87,7%). Penelitian yang dilakukan oleh Putri, dkk (2019) orang tua yang mengalami stress dengan jenis kelamin perempuan sebanyak 28 orang (71,8%). Demikian juga penelitian yang dilakukan oleh Mintari (2018) mengemukakan bahwa dari 24 responden yang diteliti orang tua yang mengalami stress yaitu berjenis kelamin perempuan sebanyak 12 orang.

Begitu juga penelitian yang dilakukan oleh Zaimatun & Hartini (2019) orang tua yang mengalami stress

yaitu berjenis kelamin perempuan sebanyak 42 orang (79,2%).

Hal ini menunjukkan bahwa orang tua yang mengalami stress mayoritas perempuan dikarenakan perhatian dan kesibukan ibu dalam mengurus anaknya yang berkebutuhan khusus membuat ibu mudah merasa lelah sehingga berakibat keadaan emosi yang tidak stabil (Muhith, 2015 dalam Hidayat dkk., 2021).

Ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus cenderung mengalami stress lebih besar daripada pasangan hidupnya. Hal ini terjadi karena keterlibatan seorang ibu seperti interaksi ibu dengan anak lebih besar dibandingkan ayah (Maulina, 2017 dalam Hidayat dkk., 2021). Mengurus anak berkebutuhan khusus membutuhkan perhatian ekstra dari orang tua, terutama dari seorang ibu. Ibu harus mengerti dan menyesuaikan terhadap kebutuhan anak berkebutuhan khusus (Wahyudi, 2020).

#### b. Usia

Hasil penelitian menunjukkan bahwa usia orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus paling banyak yaitu usia 46-55 tahun (lansia awal) sebanyak 21 responden (42,0%).

Hasil penelitian berbeda dengan yang dilakukan oleh Hidayat dkk (2021), mengemukakan bahwa usia orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus terbanyak adalah pada usia 25-35 tahun (dewasa awal) sebanyak 33 responden (55%). Penelitian yang dilakukan oleh Hidayatun (2017) usia orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus terbanyak adalah pada usia 20-40 tahun sebanyak 19 responden (59,4%). Penelitian yang dilakukan oleh Sirait (2015) usia orang tua yang memiliki anak berkebutuhan terbanyak adalah pada usia 36-56 tahun sebanyak 16 orang (53,3%). Demikian juga dengan penelitian yang

dilakukan oleh Putri, dkk (2019) mengemukakan bahwa dari 39 responden yang diteliti, usia responden yang mengalami stress adalah berusia 36-45 tahun (dewasa akhir) sebanyak 19 orang (48,7%). Begitu juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Lutfianawati, dkk (2019) mengemukakan bahwa orang tua yang mengalami stress sebagian besar berada pada usia 26-35 tahun (dewasa awal) sebanyak 65 orang (46,4%).

Dilihat dari data di atas karakteristik usia responden yang mengalami stress sebagian besar lebih dari usia 30 tahun. Hal ini dapat dinyatakan bahwa salah satu faktor internal yang mempengaruhi tingkat stress responden adalah usia, semakin tua usia seseorang, maka seseorang tersebut memulai tanggung jawab dan komitmennya serta dianggap lebih berpengalaman menetapkan keputusan, sehingga lebih mampu mengelola *stressor* dan mampu mengarahkan sumber stress ke arah yang positif (Supriat, 2018 dalam Putri dkk., 2019).

Menurut Hurclok (2008) dalam Hidayat, dkk (2021), semakin tua usia seseorang maka tingkat kematangan seseorang lebih dipercaya dan semakin konstruktif dalam menggunakan coping terhadap masalah yang sedang dihadapi dari pengalaman seseorang disebabkan semakin cukup usia dan kedewasaan dalam berpikir termasuk dalam memberikan coping.

### c. Pendidikan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendidikan orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus paling banyak yaitu pendidikan SMP sebanyak 18 orang dengan persentase (36,0%). Penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian Hidayat dkk (2021), mengemukakan bahwa pendidikan orang

tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus yang mengalami stress terbanyak adalah orang tua dengan pendidikan SMP sebanyak 22 responden (36,7%).

Menurut Arini (2012) dalam Kartikasari dkk (2017) menyatakan bahwa faktor yang mempengaruhi stress orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus salah satunya adalah pendidikan, dengan latar belakang pendidikan SMP akan menimbulkan kurangnya informasi mengenai anak berkebutuhan khusus serta mengenai bagaimana cara menangani dan menghadapi anak berkebutuhan khusus (ABK) sehingga tidak dapat meminimalisir atau mengontrol tingkat stress yang terjadi pada dirinya.

Hasil penelitian berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Sirait (2015) mengemukakan bahwa dari 30 responden yang diteliti, orang tua yang mengalami stress yang memiliki anak berkebutuhan khusus terbanyak berdasarkan tingkat pendidikan adalah orang tua dengan pendidikan SMA, yaitu sebanyak 19 orang (63,3%). Demikian juga dengan Kartikasari, dkk (2017) mengemukakan bahwa dari 100 responden yang diteliti, stress orang tua terhadap anak berkebutuhan khusus berdasarkan tingkat pendidikan adalah rata-rata berpendidikan SMA. Menurut Hidayatun (2017) tingkat pendidikan mempengaruhi individu dalam hal menghadapi masalah untuk menghindari stress, semakin tinggi tingkat pendidikan maka toleransi dan kontrol terhadap stress akan menjadi lebih baik. Responden yang berpendidikan SMA lebih mampu menggunakan pemahaman mereka dalam merespon memiliki anak berkebutuhan khusus secara adaptif daripada kelompok responden yang berpendidikan rendah (Hidayatun, 2017)

Seseorang dengan tingkat pendidikan yang tinggi akan mempunyai penilaian yang lebih realistis tentang masalah yang dihadapi dan perilaku kopingnya akan lebih efektif cenderung menggunakan strategi koping berfokus pada masalah (*problem focused coping*) dibandingkan menghindari masalah (Sarafino, 2014 dalam Hidayatun, 2017).

#### d. Pekerjaan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pekerjaan responden paling banyak yaitu tidak bekerja sebanyak 26 orang dengan persentase 52,0%. Hasil penelitian ini sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Putri dkk (2019) mengemukakan bahwa dari 39 responden yang diteliti, orang tua yang mengalami stress terbanyak berdasarkan pekerjaan adalah orang tua dengan pekerjaan sebagai ibu rumah tangga (IRT) atau tidak bekerja yaitu sebanyak 28 orang (71,8%). Begitu juga penelitian yang dilakukan oleh Sirait (2015) mengemukakan bahwa dari 30 responden yang diteliti, stress orang tua terhadap anak berkebutuhan khusus berdasarkan pekerjaan orang tua terbanyak adalah orang tua dengan pekerjaan sebagai ibu rumah tangga sebanyak 22 orang (73,3%). Menurut Natoadmodjo (2010) dalam Hidayatun (2017) orang tua khususnya ibu mengalami stress yaitu yang tidak bekerja atau ibu rumah tangga (IRT), karena ibu kesulitan membagi waktu antara membereskan rumah, waktu untuk mendidik anak berkebutuhan khusus dan membuat ibu mudah merasa lelah sehingga berakibat keadaan emosi yang tidak stabil.

Hasil penelitian berbeda dengan yang dilakukan oleh Lutfianawati dkk (2019) mengemukakan bahwa pekerjaan orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus yang mengalami

stress terbanyak adalah orang tua yang bekerja seperti wiraswasta, PNS, buruh/tani, karyawan, dan TNI/polri yaitu sebanyak 70 orang (57,4%).

Menurut Taylor (2009) dalam Hidayatun (2017) bahwa seseorang yang memiliki status pekerjaan lebih tinggi mampu melakukan analisis logis dalam mengatasi masalah yang memiliki anak berkebutuhan khusus dibandingkan dengan seseorang yang memiliki status pekerjaan yang rendah cenderung menggunakan strategi koping berbentuk menghindari masalah dan pelepasan emosi.

## 2. Tingkat Stres Orang Tua

Berdasarkan hasil penelitian tingkat stress orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus di SLB ABC Argasari Lestari Kota Tasikmalaya bahwa responden dengan tingkat stress ringan 23 orang tua (46,0%).

Hasil penelitian ini sama dengan penelitian Lutfianawati dkk (2019) bahwa sebagian responden dengan tingkat stress ringan yaitu sebanyak 114 orang tua dengan persentase (93,4%). Penelitian yang dilakukan oleh Putri, dkk (2019) mengemukakan bahwa terdapat 23 orang (59,0%) mengalami stress ringan. Demikian juga penelitian yang dilakukan oleh Zaimatun & Hartini (2019) mengemukakan bahwa orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus mengalami stress ringan sebanyak 39 orang (73,6%).

Menurut Hidayatun (2017) stress ringan berhubungan dengan ketegangan dalam kehidupan sehari-hari dan stress ini menyebabkan individu menjadi waspada serta mampu mencegah munculnya berbagai kemungkinan yang akan terjadi dari masalah atau tekanan yang muncul. Stress ini dapat memotivasi belajar dan menghasilkan pertumbuhan serta kreativitas. Stress

merupakan reaksi yang normal dirasakan oleh orang tua yang mempunyai anak berkebutuhan khusus selama hal tersebut tidak mengganggu aktivitas sehari-hari (Hidayatun, 2017). Pandangan setiap orang tua terhadap anak berkebutuhan khusus berbeda-beda, ada orang tua yang memandang masa depan anaknya dengan rasa was-was, adapun orang tua yang tidak merasakan khawatir pada anaknya karena sudah terbiasa melihat sikap dan tingkah laku anak. Hal ini sependapat dengan Purnomo (2016) dalam Lutfianawati dkk, (2019) ditemukan bahwa stress orang tua dalam pengasuhan anak dengan kebutuhan khusus tergolong rendah, hal ini dipengaruhi oleh dukungan sosial. Stress yang terjadi pada responden yang memiliki anak berkebutuhan khusus disebabkan permasalahan yang ditimbulkan karena memiliki gangguan perkembangan lebih kompleks dibandingkan dengan orang tua yang memiliki anak normal, sehingga khawatir akan kesembuhan anaknya (Hidayatun, 2017).

Hasil penelitian berbeda dengan yang dilakukan oleh Hidayat dkk (2021) menunjukkan bahwa stress sedang paling banyak dialami responden yang memiliki anak berkebutuhan khusus, yaitu sebanyak 28 orang (46,7%). Menurut Hidayatun (2017) stress sedang, memungkinkan individu untuk berfokus pada hal yang penting dan mengesampingkan yang lain. Stress ini mempersempit lapang persepsi individu. Dengan demikian, individu mengalami tidak perhatian yang selektif tetapi dapat berfokus pada lebih banyak area jika diarahkan untuk melakukannya.

Ketidakmampuan anak berkebutuhan khusus dalam melakukan aktivitas sehari-hari membuat orang tua harus selalu siap dalam membantu dan mendampingi anaknya, sedangkan beban psikis yang dirasakan orang tua berkaitan dengan proses

penerimaan mulai dari rasa kaget, kecewa, rasa bersalah atas kondisi anak serta tidak adanya dukungan dari keluarga ataupun dari dukungan oranglain, ditambahkan lagi beban sosial dan respon negatif dari masyarakat membuat orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus menjadi malu kemudian menarik diri di kehidupan sosial. Hal ini mempengaruhi kesejahteraan psikologis orang tua secara keseluruhan (Hidayat dkk., 2021).

### 3. Strategi Koping Orang Tua dalam Menghadapi Stres

Berdasarkan hasil penelitian bahwa strategi koping digunakan orang tua dalam menghadapi stress yang memiliki anak berkebutuhan khusus di SLB ABC Argasari Lestari Kota Tasikmalaya yaitu menggunakan koping berfokus pada masalah (*problem focused coping*) sebanyak 42 orang tua dengan persentase (84,%).

Hasil penelitian sama dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sirait, 2015) menunjukkan bahwa mayoritas orang tua dengan anak berkebutuhan khusus menggunakan strategi koping yang berfokus pada masalah yaitu sebanyak 22 orang tua (73%%). Demikian juga dengan hasil penelitian Hidayatun (2017) membuktikan bahwa sebanyak 19 ibu (59,4%) dengan anak berkebutuhan khusus lebih cenderung memiliki tingkat stress ringan dan memilih strategi koping berfokus pada masalah (*problem focused coping*) yang digunakan untuk mengurangi stressor yang dianggap mengganggunya.

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori Nasir (2011) dalam Cahyani (2019) usaha mengatasi stress dengan cara mengatur atau mengubah masalah yang dihadapi dan lingkungan sekitarnya yang menyebabkan terjadinya tekanan *problem focused coping* ditujukan dengan mengurangi situasi yang

penyakit dengan stress atau memperluas sumber untuk mengatasinya.

Orang tua cenderung menyelesaikan masalah dengan mencari informasi-informasi terkait masalah yang terjadi pada anak berkebutuhan khusus. Hal ini akan menambah pengetahuan bagi orang tua sehingga orang tua lebih mampu menghadapi masalah yang terjadi terkait anak berkebutuhan khusus (Sirait, 2015). Menurut Rahmania (2016) dalam Hidayatun (2017) bahwa ibu dengan strategi koping yang baik akan memiliki tingkat kesejahteraan dan kesehatan yang lebih tinggi sehingga lebih condong untuk memilih *problem focused coping* (PFC).

Penelitian ini berbeda dengan yang dilakukan oleh Mintari (2018) menunjukkan bahwa orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus menggunakan koping berfokus pada emosi (*emotion focused coping*) sebanyak 18 orang dengan persentase (75%). Hal ini menunjukkan bahwa individu menggunakan strategi koping berfokus pada emosi (*emotion focused coping*) untuk mencegah emosi negatif menguasai dirinya dan untuk mencegahnya melakukan tindakan untuk memecahkan masalahnya. Menurut Smet (1994) dalam Mintari (2018) menyatakan bahwa individu yang merasa tidak mampu dan tidak berdaya dalam menghadapi situasi stress cenderung menggunakan strategi koping berfokus pada emosi (*emotion focused coping*). Koping berfokus pada emosi (*emotion focused coping*) lebih mengarah pada mengontrol respon emosi terhadap situasi yang mendatangkan stress.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang peneliti lakukan di SLB ABC Argasari Lestari Tasikmalaya pada bulan April 2022, dapat disimpulkan bahwa :

1. Peneliti telah mengetahui tingkat stress orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus di SLB ABC Argasari Lestari Tasikmalaya mengalami tingkat stress ringan yaitu sebanyak 23 responden dengan persentase (46,0%).
2. Peneliti telah mengetahui koping orang tua dalam menghadapi stress yang memiliki anak berkebutuhan khusus di SLB ABC Argasari Lestari Tasikmalaya menggunakan koping berfokus pada masalah (*Problem Focused Coping*) sebanyak 42 responden dengan persentase (84,0%).

## DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, R. (2013). *Persepsi Orangtua terhadap Anak Berkebutuhan Khusus*. E-JUPEKhu (Jurnal Ilmiah Pendidikan Khusus), 1(presepsi orang tua terhadap anak berkebutuhan khusus), 258–265. <https://doi.org/https://doi.org/10.24036/jupe9510.64>
- Cahyani, R. (2019). *Mekanisme Koping Siswa Dalam Menghadapi Menstruasi Di Sekolah Dasar Muhammadiyah Ambarketawang 1 Dan 3 Sleman Yogyakarta*. In Journal of Chemical Information and Modeling (Vol. 53, Issue 9). <http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/3633/>
- Hardi, N. F. (2019). *Parenting Stres pada Ibu yang Memiliki Anak Autis*. 16(1), 21–36.
- Hidayat, F., Widodo, Pramita, Y., & Aji, Apria, G. (2021). *Hubungan Tingkat Stres Orang Tua dengan Mekanisme Koping Pada Orang Tua yang Memiliki Anak Tuna Grahita Usia 7-18 Tahun di SLB N Slawi*. 12(2), 74–79.
- Hidayatun, A. (2017). *Hubungan Strategi Koping dengan Tingkat Stres Ibu terhadap Penerimaan Anak Autis di Kabupaten Bantul*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
- Jayusman, I., & Shavab, O. A. K. (2020). *Studi*

- Deskriptif Kuantitatif tentang Aktibitas Belajar Mahasiswa dengan Menggunakan Media Pembelajaran Edmodo dalam Pembelajaran Sejarah.* Jurnal Artefak, 7(1), 13–20.
- Kartikasari, R., Ardhia, F. R., & ... (2017). *Pola Asuh Dengan Anak Berkebutuhan Khusus (Tunarungu Dan Tunawicara) di SLB-B Negeri Cicendo Bandung.* Jurnal Kesehatan ..., III(1), 100–105. <https://jurnal.poltekestniau.ac.id/jka/article/view/80>
- Kemendikbud. (2018). *Siswa Penyandang Disabilitas Berdasarkan Provinsi.* Loka Data. [https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://lokadata.berita-gar.id/chart/preview/siswa-penyandang-disabilitas-berdasarkan-provinsi-1520847488&ved=2ahUKEwis5L\\_zbv2AhUB7nMBHZWqCagQFnoECAQQAQ&usg=AOvVaw17QCCbLXEhhzqMoKP-2PJX](https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://lokadata.berita-gar.id/chart/preview/siswa-penyandang-disabilitas-berdasarkan-provinsi-1520847488&ved=2ahUKEwis5L_zbv2AhUB7nMBHZWqCagQFnoECAQQAQ&usg=AOvVaw17QCCbLXEhhzqMoKP-2PJX)
- Lestari, T. D. (2019). *Gambaran Tingkat Stres pada Pasien Pre Operasi Katarak Di Kabupaten Jember.* In Respository Universitas Jember.
- Lisinus, R. (2020). *Pembinaan Anak Berkebutuhan Khusus* (M. Iqbal (ed.); 1st ed.). Yayasan Kita Menulis. [https://books.google.co.id/books?id=5GLLDwAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=lisinus+%26+sembiring,+2020&hl=id&sa=X&ved=2ahUKEwi5zqfOzP\\_1AhUHkNgFHaFTAiEQ6AF6BAgFEAM#v=onepage&q=lisinus%26+sembiring%2C2020&f=false](https://books.google.co.id/books?id=5GLLDwAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=lisinus+%26+sembiring,+2020&hl=id&sa=X&ved=2ahUKEwi5zqfOzP_1AhUHkNgFHaFTAiEQ6AF6BAgFEAM#v=onepage&q=lisinus%26+sembiring%2C2020&f=false)
- Lutfianawati, D., Perwitaningrum, C. Y., & Kurnia, R. T. R. (2019). *Stres Pada Orang Tua Yang Memiliki Anak Dengan Retardasi Mental di SLB Bandar Lampung.* Jurnal Psikologi Malahayati, 1(1), 23–29. <https://doi.org/10.33024/jpm.v1i1.1411>
- Mintari, T. P. (2018). *Gambaran Strategi Koping pada Orang Tua yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) di Cahaya Nurani Jember.* 20.
- Nasir, A., & Muhith, A. (2011). *Dasar-Dasar Keperawatan Jiwa: Pengantar dan Teori* (1st ed.). Jakarta : Salemba Medika.
- Ningsih, S. (2017). *Inilah Perkembangan Data Kependudukan Kota Tasikmalaya.* Redaksi. <https://www.cakrawalamedia.co.id/inilah-perkembangan-data-kependudukan-kota-tasikmalaya/>
- Pusparisa, Y. (2021). *Pelajar SLB Indonesia Tembus 140 Ribu Siswa.* Databoks. <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2021/05/02/pelajar-slb-indonesia-tembus-140-ribu-siswa>
- Putri, A. M., Pramesti, W., & Hapsari, R. D. (2019). *Stres Pada Orang Tua Yang Memiliki Anak Dengan Gangguan Spektrum Autisme di SLB Bandar Lampung.* Jurnal Psikologi Malahayati, 1(1), 7–13. <https://doi.org/10.33024/jpm.v1i1.1408>
- Sirait, S. H. (2015). *Strategi Mekanisme Koping Orang Tua yang Memiliki Anak dengan Retardasi Mental di Sekolah Luar Biasa E Negeri (SLB) Negeri Kecamatan Sei Agul Medan.* In Universitas Sumatera Utara. Sumatera Utara.
- Sujito, E. (2017). *Dinamika Penerimaan Orang Tua Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus.* [http://eprints.ums.ac.id/58798/17/8.Naskah Publikasi.Pdf](http://eprints.ums.ac.id/58798/17/8.Naskah%20Publikasi.Pdf)
- Sumargo, B. (2020). *Teknik Sampling* (1st ed.). Jakarta : UNJ Press. [https://www.google.co.id/books/edition/TEKNIK\\_SAMPLING/FuUKEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=TEKNIK+SAMPLING&printsec=frontcover](https://www.google.co.id/books/edition/TEKNIK_SAMPLING/FuUKEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=TEKNIK+SAMPLING&printsec=frontcover)
- Wahyudi, I. (2020). *Hubungan Pola Asuh Keluarga dengan Parenting Stress Orang Tua Anak Berkebutuhan Khusus di SLB-Bintoro Kabupaten Jember.* *The Journal*

*of the Kyushu Dental Society*, 8(4), 107–108. <https://doi.org/10.2504/kds.8.107>

WHO. (2015). *Er Health for All Better People Health With for Disability All People With Disability*. World Health Organization. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/199544>

Zaimatun, N., & Hartini, S. (2019). *Hubungan Tingkat Stres Dengan Koping Orang Tua Yang Memiliki Anak Tuna Grahita Di Sekolah Luar Biasa Negeri Kaliwungu Kudus*. 162–169.

