BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Sekolah Luar Biasa (SLB) merupakan lembaga pendidikan yang menampung dan memberikan pembelajaran bagi anak-anak penyandang kebutuhan khusus (Indriarti dkk., 2022). Berdasarkan data Cabang Dinas Pendidikan Kabupaten Bireuen (2025), Kabupaten Bireuen memiliki enam Sekolah Luar Biasa (SLB), terdiri dari 2 SLB negeri dan 4 SLB swasta. Kabupaten Bireuen juga menempati urutan ketiga dengan jumlah ABK tertinggi setelah Kota Banda Aceh dan Kabupaten Aceh Tengah (Pauddikmasaceh dalam Nisak dkk., 2020). Oleh karena itu, perlu dipahami bahwa Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) adalah anak yang memerlukan layanan khusus untuk menjalani aktivitas sehari-hari karena hambatan fisik, psikologis, kognitif, atau sosial yang menghalangi pencapaian potensi maksimal (Suran & Rizzo dalam Mangunsong, 2014).

Karakteristik perilaku ABK bervariasi sesuai jenis kebutuhannya, termasuk komunikasi, interaksi sosial, sensorik, pola bermain, perilaku, dan emosi (Artistia dkk., 2024). Mereka menghadapi masalah perilaku seperti agresivitas, tantrum, sulit dikendalikan, serta masalah emosional yang sulit dikelola seperti kecemasan dan ledakan emosi (Pratama dkk., 2019). Rendahnya kemampuan ABK dalam memenuhi kebutuhan dasar secara mandiri menyebabkan ketergantungan fisik, mental, sosial, ekonomi, dan pendidikan pada pengasuh (Wulan dkk., 2023). Pengasuhan ABK harus menyesuaikan dengan kebutuhan dan kemampuan anak yang memerlukan adaptasi khusus (Bayu & Kusmariyatni, 2019).

Mengasuh anak berkebutuhan khusus menuntut beban fisik dan emosional berat, seperti kelelahan, nyeri muskuloskeletal, gangguan tidur, depresi, kecemasan, dan putus asa akibat perawatan terus-menerus termasuk aktivitas sehari-hari, pengawasan keselamatan, dan terapi khusus (Shahali dkk., 2024). Orang tua harus memberikan pengasuhan terus menerus karena masalah kompleksitas perkembangan anak, seperti pola perilaku yang kaku, penolakan perubahan, stereotip gerakan, hiperaktivitas, dan agresivitas (Sadziak dkk., 2019).

Tang dkk. (2025) menemukan bahwa tingkat *burnout* orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus cenderung lebih tinggi ketika kebutuhan perawatan tinggi tanpa dukungan eksternal dan ketahanan keluarga rendah. Studi lain menguatkan bahwa beban perawatan panjang tanpa *caregiver* membuat orang tua rentan *burnout* karena harus memenuhi kebutuhan anak sekaligus mengelola stres pribadi tanpa waktu untuk diri sendiri (Gérain & Zech, 2018).

Berdasarkan survei awal yang dilakukan peneliti pada tanggal 24–30 September 2025 terhadap 30 orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus di SLB Kabupaten Bireuen diperoleh hasil sebagai berikut:

Gambar 1.1 Permasalahan *Parental burnout* yang dialami orang tua yang memiliki ABK



Keterangan	
1.	***Emotional Exhaustion***
A.	Orang tua merasa terbebani karena harus *full time* merawat ABK, tidak ada pengasuh dan harus mencari tambahan ekonomi.
B.	Orang tua mudah marah/tersinggung saat lelah merawat ABK
C.	Orang tua yang memiliki ABK merasa sakit kepala dan lelah saat anak tantrum, mengamuk dan bermain jauh dari rumah
D.	Orang tua yang memiliki merasa kecewa dengan kemampuannya dalam mengasuh anak berkebutuhan khusus karena kurang memahami kebutuhan ABK (tidak bisa mendampingi anak, kurang memperhatikan terapi dan tumbuh kembang anak)
2	***Contrast With Previous Parental Self***
E.	Orang tua ABK merasa lebih sulit mendampingi kegiatan sehari-hari anaknya seperti makan, mandi, belajar semakin sulit dari tahun ke tahun karena anak semakin rewel dan sulit membagi waktu dengan pekerjaan.
F.	Orang tua dengan anak berkebutuhan khusus tidak menikmati peran sebagai orang tua semenjak memiliki anak berkebutuhan khusus
G.	Orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus merasa lebih sulit mengontrol anaknya karena tiap tahun anak bertambah kemampuannya yang semakin sulit di kontrol, meminta sesuatu harus segera dituruti.
H.	Orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus tidak lagi sabar semenjak memiliki anak berkebutuhan khusus
3.	***Feeling of Being Fed Up***
I.	Orang tua merasa terbebani saat anak berkebutuhan khusus tantrum, meminta sesuatu harus segera di turuti, harus membawa terapi setiap bulan
J.	Orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus merasa tidak sabar karena tuntutan pengasuhan yang menguras tenaga
K.	Orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus terbesit dalam hati ingin menyerah merawat/mengasuh
L.	Orang tua merasa jenuh atau lelah mengasuh saat anak berkebutuhan khusus rewel
X1.	Orang tua merasa terbebani saat anak berkebutuhan khusus tantrum, meminta sesuatu harus segera di turuti, harus membawa terapi setiap bulan
4.	***Emotional Distancing***
M.	Orangtua merasa ingin menghindar/menjauh dari anak berkebutuhan khusus saat sedang lelah, banyak kerjaan untuk menjaga kestabilan emosi sendiri
N.	Orang tua merasa kurang memperhatikan kebutuhan dan kurang memahami tentang tumbuh kembang ABK
O.	Orang tua memilih melakukan kegiatan lain seperti membersihkan rumah daripada bermain dengan anak berkebutuhan khusus karena harus memperhatikan anggota keluarga lainnya
X2	Orang tua tidak memiliki ketiga permasalahan di atas M, N, O

Berdasarkan grafik permasalahan di atas terlihat bahwa responden yang mengalami permasalahan tertinggi terdapat pada aspek *Emotional Exhaustion* yaitu sebanyak 50%, orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus merasa energinya terkuras baik secara fisik dan emosional saat anak tantrum, mengamuk dan bermain jauh dari rumah. Selain itu, permasalahan tertinggi lainnya terdapat pada aspek *Contrast With Previous Parental Self* yaitu 47% orang tua tidak menikmati peran sebagai orang tua semenjak memiliki anak berkebutuhan khusus. Sementara itu, permasalahan terendah terdapat pada aspek *Contrast With Previous Parental Self* yaitu 10% orang tua merasa tidak lagi menjadi orang tua yang sabar semenjak memiliki anak berkebutuhan khusus.

Berdasarkan hasil survei awal tersebut tampak adanya kebervariasian permasalahan yang dialami oleh orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus, orang tua harus merawat anak sepenuhnya tanpa pengasuh, disamping itu orang tua harus mengantarkan anak ke sekolah dan juga mencari tambahan ekonomi untuk keluarga. Hal ini menyebabkan kelelahan fisik dan psikologis yang mendalam, terutama saat anak tantrum atau meminta sesuatu harus segera dituruti. Orang tua juga mengaku sering merasa kecewa pada diri sendiri karena kurang memahami kebutuhan anak, kurangnya pengetahuan tentang anak berkebutuhan khusus. Tingkah laku anak yang sering rewel kadang terbesit keinginan untuk berhenti mengasuh karena tidak sabar lagi dan kelelahan. Hal tersebut menjadi gejala dari fenomena yang ditimbulkan dari *parental burnout,* dimana *parental burnout* adalah kondisi kelelahan intens yang dialami orang tua akibat peran pengasuhan yang terus menerus, mencakup perasaan lelah secara fisik dan

emosional, jarak emosional dengan anak, serta hilangnya kegembiraan dan rasa berhasil dalam menjalankan tugas sebagai orang tua (Roskam & Mikolajczak, 2018). Gejala *parental burnout* meliputi kelelahan emosional dan fisik, penurunan kepuasan dalam peran orang tua serta keterikatan dengan anak, penghindaran tanggung jawab pengasuhan, perasaan tidak berdaya, iritabilitas, dan gejala psikosomatik (Kafidhoh dkk., 2024). Orang tua dengan anak berkebutuhan khusus mengalami tingkat *burnout* lebih tinggi dibandingkan yang tidak memiliki anak berkebutuhan khusus (Roskam & Mikolajczak, 2023).

Salah satu faktor risiko terjadinya *parental burnout* yakni kepribadian yang dimiliki orang tua, kepribadian telah terbukti menjadi prediktor signifikan dari terjadinya *burnout* (Sorkkila & Aunola, 2019). Kepribadian *Big five* merupakan suatu model psikologi yang menjelaskan kepribadian manusia melalui lima dimensi utama yaitu openness, *conscientiousness*, *extraversion, agreeableness,* dan *neuroticism* (McCrae & Costa, 1996). Studi terdahulu yang dilakukan oleh Vigouroux dkk. (2018) mengindikasikan ada tiga ciri kepribadian yang berhubungan dengan sindrom *parental burnout* yaitu tingkat neurotisme yang tinggi, tingkat kesadaran yang rendah dan tingkat *agreeableness* yang rendah ditemukan sebagai faktor risiko kelelahan orang tua. Szczygieł dkk. (2020) menemukan bahwa kelelahan orang tua berhubungan negatif dengan ekstroversi, artinya semakin tinggi tingkat ekstroversi semakin rendah tingkat kelelahan orang tua. Penelitian lainnya dilakukan oleh Haiqal (2022) menemukan bahwa dimensi neurotisisme dan *conscientiousness* secara signifikan mempengaruhi *parental burnout* pada orang tua.

Orang tua yang memiliki sifat neurotisisme yang tinggi cenderung menilai lingkungan mereka secara negatif dan mengalami kesulitan lebih besar dalam menangani kelelahan pengasuhan anak (Wang dkk., 2022). Sebaliknya stabilitas emosional yang tinggi (kebalikan dari neurotisisme) cenderung merespons peristiwa dengan emosi positif, sifat ini mempengaruhi kemampuan orang tua dalam menyesuaikan diri menghadapi tantangan pengasuhan serta menurunkan risiko mengalami *parental burnout* (Piotrowski dkk., 2023). Pada kasus orang tua, tingkat neurotisme yang tinggi menentukan gaya pengasuhan yang kaku dan intrusif sehingga meningkatkan risiko *burnout*, sedangkan keramahan dan keterbukaan sebagai pelindung karena membantu dalam menerapkan cara berperilaku yang terbuka terhadap ide baru, mendorong diskusi terbuka tentang emosi dan mencari dukungan emosional eksternal (Giordano dkk., 2024).

Berdasarkan fenomena, survei dan hasil penelitian terdahulu yang beragam, maka peneliti tertarik untuk mengkaji lebih mendalam tentang hubungan kepribadian *big five* dengan *Parental Burnout* pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus di Kabupaten Bireuen. Sejauh pengamatan peneliti, penelitian mengenai kedua variabel tersebut pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus masih terbatas. Kabupaten Bireuen dipilih sebagai lokasi penelitian karena memiliki SLB yang banyak (enam SLB) sehingga memungkinkan pengambilan data yang representatif.

1.2 Keaslian Penelitian

Penelitian terdahulu dilakukan oleh Damastuti & Adiati (2022) dengan judul "Hubungan Perfeksionisme dengan *Parental burnout* Ibu Bekerja yang Dimoderasi oleh *Perceived Social Support*" yang bersifat penelitian kuantitatif. Menggunakan metode survei dengan jumlah sampel sebanyak 263. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perfeksionisme memiliki hubungan positif dengan tingkat *parental burnout* yang dialami ibu yang bekerja, ibu dengan standar yang tinggi serta memiliki preokupasi terhadap kritik yang ekstrem cenderung mengalami *parental burnout* yang lebih tinggi pula. Adapun perbedaan penelitian Damastuti & Adiati (2022) dengan penelitian ini yaitu subjek dan lokasi penelitian. Subjek penelitian Damastuti & Adiati (2022) adalah ibu yang bekerja di kantor, perusahaan, atau instansi serta memiliki satu anak atau lebih dengan usia 0-18 tahun dan tinggal dalam satu rumah. Sedangkan penelitian ini subjek penelitiannya adalah orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus di Kabupaten Bireuen. Selain itu, terdapat perbedaan juga pada variabel yang diteliti, penelitian Damastuti & Adiati (2022) meneliti hubungan kepribadian perfeksionisme dengan *parental burnout*, sedangkan penelitian ini meneliti hubungan antara variabel kepribadian *big five* dengan *parental burnout.*

Sedangkan penelitian Wang dkk. (2022) dengan judul "*Personality Traits and Parental burnout Among Fathers: A Moderated Mediation Model"* dengan menggunakan metode kuesioner dan jumlah sampel sebanyak 263 ayah di Tiongkok Tengah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa trait keramahan berkorelasi negatif dengan kelelahan orang tua, sementara neurotisisme berkorelasi

positif dengan kelelahan orang tua, sementara itu, sebagian kedua hubungan ini dimediasi oleh rasa kompetensi dalam pengasuhan. Perbedaan dengan penelitian ini yaitu subjek dan lokasi penelitian. Penelitian Wang, dkk (2022) berfokus pada ayah yang memiliki anak berkebutuhan khusus di Tiongkok Tengah. Sedangkan penelitian ini, subjeknya berfokus pada kedua orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus di Kabupaten Bireuen. Selain itu, terdapat perbedaan pada tujuan penelitian. Penelitian Wang, dkk (2022) meneliti dampak ciri kepribadian keramahan dan neurotisisme terhadap kelelahan orang tua serta peran mediasi rasa kompetensi dan efek moderasi fleksibilitas dalam pengasuhan. Sedangkan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara kepribadian *big five* dengan *parental burnout* pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus.

Penelitian yang dilakukan oleh Agiati & Huripah (2019) dengan judul *"Burnout of Parents Who Have Children with Cerebral Palsy Disability in Bandung City*" dengan metode penelitian kualitatif deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa orang tua yang memiliki anak dengan *cerebral palsy* mengalami burnout, yang ditandai dengan kelelahan fisik, emosional, dan mental. Adapun yang menjadi pembeda dengan penelitian ini adalah subjek, metode dan teori yang digunakan. Penelitian oleh Agiati & Huripah (2019) secara khusus berfokus pada orang tua yang memiliki anak dengan *cerebral palsy*, sedangkan penelitian ini mengambil subjek orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus secara umum. Selain itu, penelitian Agiati & Huripah (2019) menggunakan teori *burnout* dari Pines dan Aronson serta metode kualitatif, sementara penelitian ini mengacu pada teori *parental burnout* dari Roskam dan menggunakan metode kuantitatif korelasional.

Penelitian yang dilakukan oleh Haiqal (2022) berjudul "*Pengaruh Big Five Personality Trait, dan Social Support Terhadap Parental burnout* pada *Orangtua Dengan Anak Usia Pra-Sekolah"* dengan pendekatan kuantitatif dan jumlah sampel sebanyak 231 orang tua. Teknik sampling yang digunakan yaitu *purposive sampling* dan metode analisis regresi berganda. Penelitian ini memperoleh hasil bahwa terdapat pengaruh antara kepribadian *big five*, perfectionism dan social support terhadap *parental burnout* sebesar 19.3%. Adapun yang menjadi pembeda dengan penelitian ini yaitu tujuan, subjek penelitian dan teknik pengambilan sampel yang digunakan. Penelitian Haiqal (2022) memiliki tujuan untuk mengetahui pengaruh *Big Five Personality trait, perfectionism,* dan *social support* terhadap *parental burnout* pada orang tua dengan anak usia pra-sekolah di masa pandemi covid-19. Sedangkan penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kepribadian *big five* dengan *parental burnout* pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus.

Penelitian oleh Hikmah (2024) berjudul "Gambaran *Parental Burnout* pada Orang Tua yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus di Kota Lhokseumawe" dengan metode kuantitatif deskriptif dan jumlah subjek sebanyak 230 orang tua. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus memiliki *parental burnout* yang rendah (55,2%), artinya sebagian besar orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus tidak mengalami gejala *parental burnout.* Aspek *burnout* tertinggi adalah kelelahan dalam peran sebagai orang tua, sementara aspek terendah adalah kontras dengan diri sebelumnya. Adapun perbedaan dengan penelitian ini terletak pada tujuan,

jenis metodologi dan lokasi penelitian, dimana penelitian Hikmah (2024) bertujuan menggambarkan *parental burnout* pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus di Kota Lhokseumawe. Sedangkan penelitian ini bertujuan untuk meneliti hubungan antara kepribadian *big five* dan *parental burnout* pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus di Kabupaten Bireuen. Jenis metodologi yang digunakan juga berbeda, penelitian Hikmah (2024) menggunakan kuantitatif deskriptif sedangkan penelitian ini menggunakan jenis kuantitatif korelasional.

Penelitian yang dilakukan oleh Vigouroux dkk. (2018) berjudul "*The Big Five Personality Traits And Parental Burnout: Protective And Risk Factors"* dengan menggunakan metode kuesioner dan jumlah sampel sebanyak 372 orang tua di Perancis. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada tiga ciri kepribadian yang berhubungan dengan sindrom *parental burnout* yaitu tingkat neurotisme yang tinggi, tingkat kesadaran yang rendah dan tingkat *agreeableness* yang rendah ditemukan sebagai faktor risiko kelelahan orang tua. Berbeda dengan penelitian ini yaitu pada subjek dan lokasi penelitian. Penelitian Vigouroux, dkk (2018) fokus subjeknya pada orang yang memiliki anak normal. Sedangkan penelitian ini fokus subjeknya pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Selain itu, penelitian Vigouroux, dkk (2018) menguji empat dari lima dimensi kepribadian *big five* yaitu *extraversion, agreeableness, conscientiousness, neuroticism.* Sedangkan penelitian ini menguji lima hipotesis yaitu *extraversion, intellect, agreeableness, conscientiousness, emotional stability* dari lima faktor kepribadian *big five*.

1.3 Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan antara tipe kepribadian *extraversion* dengan *parental burnout* pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus di SLB Kabupaten Bireuen?
2. Apakah terdapat hubungan antara tipe kepribadian *agreeableness* dengan *parental burnout* pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus di SLB Kabupaten Bireuen?
3. Apakah terdapat hubungan antara tipe kepribadian *conscientiousness* dengan *parental burnout* pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus di SLB Kabupaten Bireuen?
4. Apakah terdapat hubungan antara tipe kepribadian *emotional stability* dengan *parental burnout* pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus di SLB Kabupaten Bireuen?
5. Apakah terdapat hubungan antara tipe kepribadian *intellect* dengan *parental burnout* pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus di SLB Kabupaten Bireuen?

1.4 Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan di atas rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu:

1. Untuk mengetahui hubungan antara tipe kepribadian *extraversion* dengan *parental burnout* pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus di SLB Kabupaten Bireuen.

2. Untuk mengetahui hubungan antara tipe kepribadian *agreeableness* dengan *parental burnout* pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus di SLB Kabupaten Bireuen.
3. Untuk mengetahui hubungan antara tipe kepribadian *conscientiousness* dengan *parental burnout* pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus di SLB Kabupaten Bireuen.
4. Untuk mengetahui hubungan antara tipe kepribadian *emotional stability* dengan *parental burnout* pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus di SLB Kabupaten Bireuen.
5. Untuk mengetahui hubungan antara tipe kepribadian *intellect* dengan *parental burnout* pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus di SLB Kabupaten Bireuen.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini dapat memberikan pengembangan ilmu pengetahuan dalam bidang psikologi kepribadian terutama dalam pembahasan mengenai kepribadian big five, psikologi anak berkebutuhan khusus, psikologi klinis, psikologi kesehatan, psikologi keluarga dan psikologi perkembangan yang mendukung pengembangan teori tentang resiliensi atau ketahanan dalam pengasuhan, terutama pada orang tua dengan anak berkebutuhan khusus.

1.5.2 Manfaat Praktis

a) Bagi orang tua

Penelitian ini dapat memberi pemahaman bagi orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus mengenai *parental burnout* dalam pengasuhan memiliki hubungan dengan kepribadian orang tua sendiri. Dengan menyadari hal tersebut, orang tua dapat lebih mudah mengenali pola emosi dan perilakunya, serta menerapkan strategi pengasuhan yang sesuai dengan kepribadian masing-masing. Memahami terkait *parental burnout* membantu orang tua mencari cara-cara yang lebih efektif untuk merespons permasalahan tersebut. Orang tua bisa bercerita dengan pasangan atau keluarga mengenai permasalahan yang dialami dalam melakukan pengasuhan pada anak, bertemu dengan orang tua lainnya yang memiliki anak berkebutuhan khusus serta bisa menjumpai tenaga profesional.

b) Bagi Sekolah dan Instansi yang berhubungan dengan anak berkebutuhan khusus

Bagi pihak sekolah dan instansi penelitian ini bermanfaat dalam memberikan informasi terkait kepribadian orang tua yang berbeda-beda, serta dapat mengundang para profesional seperti psikolog anak dan lainnya untuk dapat memberikan psikoedukasi terkait pengasuhan anak berkebutuhan khusus sehingga permasalahan *burnout* pada orang tua dapat diatasi dengan cara yang tepat.

c) Bagi Psikolog dan Konselor

Penelitian ini dapat bermanfaat sebagai dasar untuk merancang program pendampingan atau pelatihan dan konseling individual maupun kelompok. Pendekatan ini dapat membantu orang tua memahami aspek kepribadian yang mempengaruhi tingkat *burnout* orang tua yang memiliki anak dengan pendampingan khusus sehingga dapat mengembangkan intervensi yang sesuai guna meningkatkan daya tahan psikologis dan kesejahteraan emosional orang tua.