

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Anak berkebutuhan khusus adalah anak-anak yang mengalami keterbelakangan mental, ketidak mampuan belajar atau gangguan atensi, gangguan emosional atau perilaku, hambatan fisik, komunikasi, *traumatic brain injury*, hambatan pendengaran, hambatan penglihatan, dan anak- anak yang memiliki bakat khusus (Agiati & Huripah, 2019). Rendahnya kemampuan untuk memenuhi kebutuhan dasar secara mandiri, sehingga mereka cenderung memiliki ketergantungan terkait fisik, mental, sosial, ekonomi, dan proses pendidikannya (Wulan Krisnandari et al., 2023) Berdasarkan data berjalan 2020 dari Biro Pusat Statistik (BPS), jumlah penyandang disabilitas di Indonesia mencapai 22,5 juta (Lafiana et al., 2022).

Merawat dan membesarkan anak tentu diperlukan keterlibatan serta peran ayah dan ibu, karena orang tua adalah orang yang terdekat dan selalu bersama anak, peran orang tua adalah untuk mengembangkan potensi psikomotor, kognitif, afektif, memelihara jasmaniah mulai dari memberi makan dan kehidupan yang layak untuk anak (Rafikayati dan Jauhari, 2018). Orang tua dengan anak berkebutuhan khusus menghadapi tantangan yang besar dalam mengasuh dan membesarkannya (Apostelina, 2017).

Adanya seorang anak yang menderita kelainan perkembangan bisa menjadi beban bagi orang tua, lebih banyak waktu dan perhatian harus diberikan kepada anak tersebut (Miranda, 2013). Oleh sebab itu banyak orang tua yang mengalami

kesulitan dalam merawat anak-anak penyandang disabilitas, sehingga banyak orangtua yang mengalami burnout (Agiati & Huripah 2019).

Orang tua dituntut untuk memberikan pengasuhan anak yang terus menerus dan sistematis tanpa ada waktu istirahat yang diperparah dengan fungsi anak berkebutuhan khusus, akibatnya orang tua mengalami peningkatan kehilangan energi yang disebabkan oleh tuntutan berlebihan yang dihadapi saat membesarkan anak penyandang disabilitas, seperti perilaku anak yang tidak dapat dipahami orang lain, yaitu pola aktifitas yang kaku, penolakan terhadap perubahan lingkungan, stereotip kognitif dan gerak, hiperaktif, agresif terhadap orang lain. (Sadziak et al., 2019). Sehingga beberapa gejala kelelahan orang tua bisa di alami oleh orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus, seperti: Kelelahan fisik dan emosional yang berkepanjangan, keterlibatan emosional yang menurun terhadap anak, Perasaan putus asa atau tidak berdaya dalam peran sebagai orang tua, Perasaan kurang kompeten dalam mengasuh anak, Gangguan tidur dan makan., Rasa marah atau mudah marah tanpa alasan jelas (Roskam, Brianda, Mikolajczak 2017).

Roskam & Mikolajczak, (2021) Kondisi parental burnout berawal dari kelelahan emosional, kemudian berkontribusi terhadap munculnya jarak emosional dengan anak. Apabila tidak segera ditangani, parental burnout dapat meningkatkan risiko terjadinya masalah pada kehidupan perkawinan, hubungan kerja, pengabaian terhadap anak, dan juga kekerasan. Penelitian khusus untuk mencari tahu dampak dari parental burnout, Mikolajczak, et al., (2018) menyoroti konsekuensi dari parental burnout yang paling mengkhawatirkan adalah hubungannya perilaku pengabaian dan kekerasan terhadap anak (dalam Herdiana, 2022).

Menurut sebuah studi baru-baru ini tentang prevalensi di 42 negara (Roskam et al., 2021), ada 5% orang tua yang menderita kelelahan orang tua, bahkan bisa setinggi 8% di negara-negara Barat seperti Belgia dan Polandia misalnya. Prevalensi tinggi ini terutama mengkhawatirkan karena *parental burnout* telah terbukti memiliki konsekuensi yang sangat merugikan bagi orang tua dan anak-anak. (Lin et al 2021). Namun ini tidak menghalangi kemungkinan bahwa struktur dan ekspresi kelelahan orang tua bervariasi di seluruh negara atau budaya (Roskam et al 2018).

Pengasuhan Anak pada masyarakat pedesaan Daerah Istimewa Aceh pada prinsipnya masih memperlihatkan pola yang lama atau pola tradisional. Peranan ayah dan ibu dalam keluarga adalah untuk membina keluarga dan mengasuh anak-anaknya adalah penting. Peranan ini sudah menjadi tanggung jawab ayah dan ibu meliputi segala kebutuhan keluarga seperti kebutuhan akan sandang pangan, 3ndepende dan 3ndependen baik agama maupun umum, karena hal ini dikaitkan dengan sudut pandangan menurut ajaran agama Islam (Usman et al 1991).

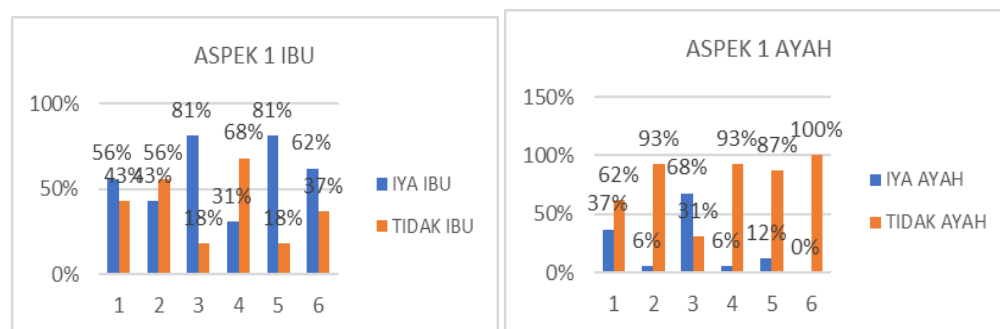
Islam mengajarkan orang untuk salat, berdoa, berdzikir, bersabar, ikhlas dalam menerima keadaan, di dalam Al-Qur'an dalam surat Al Baqarah ayat 155 yang artinya: "dan sungguh akan kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan, dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar" (dalam Anwar, 2020). Mengasuh anak berkebutuhan khusus mengajarkan orangtua untuk menjadi lebih sabar dalam menghadapi tantangan (Nura & Sari, 2018).

Untuk mendukung kondisi diatas peneliti melakukan survey awal terkait dengan parental burnout pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus di SLB Negeri Aneuk Nanggroe. Berdasarkan survey yang di lakukan pada SLB Negeri Aneuk Nanggroe Lhokseumawe pada hari kamis tanggal 16 Februari 2023 terdiri dari 32 subjek, dengan mengemukakan 16 pernyataan yang mendasari 4 aspek Parental Burnout yaitu aspek 1 kelelahan emosional, aspek 2 jarak emosional dengan anak, aspek 3 perasaan muak dengan peran orang tua, aspek 4 kontras dengan diri orang tua sebelumnya (Roskam et al 2018). Berikut merupakan grafik survey data awal.

Gambar 1.1

Diagram hasil survey parental burnout orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus di SLB Negeri Aneuk Nanggroe Lhokseumawe.

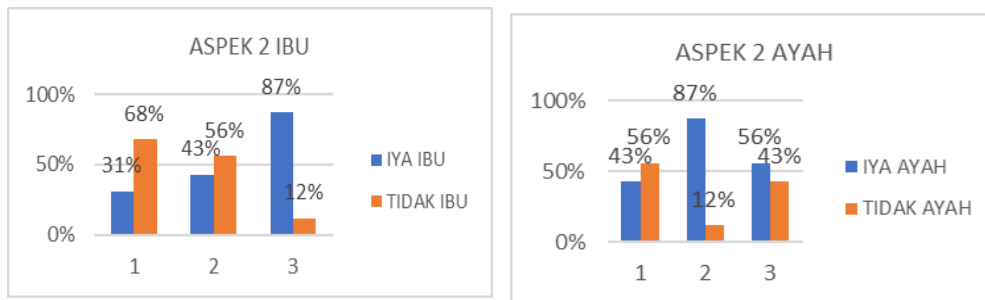
Aspek 1



Keterangan: 1-6 (Kelelahan dalam peran orang tua)

Berdasarkan survei awal, diperoleh hasil 56% ibu dan 37% ayah mengalami sulit tidur di malam hari, kemudian sebanyak 81% ibu dan 68% ayah langsung melakukan aktifitas dalam mengasuh anak setelah bangun tidur di pagi hari. Selanjutnya 81% ibu dan 12% ayah merasakan ingin menangis ketika tidak mampu menajalani peran sebagai orang tua dalam mengasuh anak.

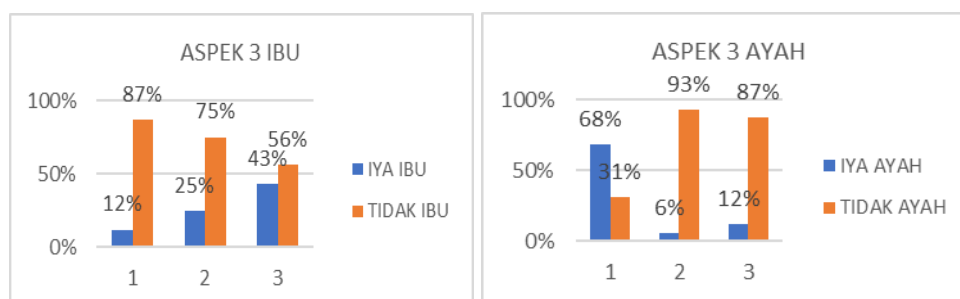
Aspek 2



Keterangan 7-9 (Jarak emosional)

Aspek jarak emosional dari survey awal 31% ibu dan 43% ayah memilih untuk tidak melakukan apa-apa ketika anak sedang menangis. Kemudian 43% ibu dan 87% ayah sering melakukan aktifitas di luar rumah, kemudian 87% ibu dan 56% ayah menaikan nada bicara kepada anak dengan tidak disengaja, kemudian menyesal.

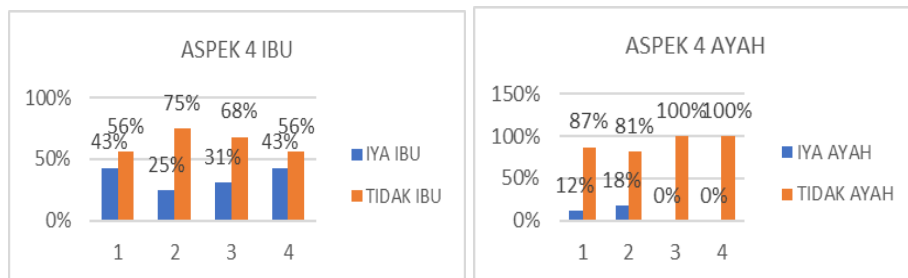
Aspek 3



Keterangan: 10-12 (Perasaan muak dengan peran orang tua)

Aspek perasaan muak dengan peran orang tua, dari survey awal sebanyak 12% ibu dan 68% ayah, merasa berat dalam mengasuh anak yang memiliki perdampingan secara khusus Selanjutnya 25% ibu dan 6% ayah merasakan tidak dapat lagi menikmati waktu bersama anak. Kemudian 43% ibu dan 12% ayah, merasa sulit dalam mengasuh anak yang memiliki perdampingan secara khusus.

Aspek 4



Keterangan: 13-16 (kontras dengan diri orang tua sebelumnya)

Selanjutnya, diperoleh hasil bahwa pada aspek kontras dengan diri orang tua sebelumnya hasil survey menunjukkan 43% ibu dan 12% ayah merasa berbeda antara dulu dengan sekarang ketika menjalani peran sebagai orang tua dalam mengasuh anak yang memiliki percampingan secara khusus, kemudian 43% ibu dan 0% ayah merasakan seolah-olah kehilangan arah dalam mengasuh anak yang memiliki percampingan secara khusus.

Dari hasil wawancara, orang tua merasa, banyak energi yang terkuras dalam melakukan pengasuhan terhadap anak berkebutuhan khusus, harus mengikuti aktifitas anak, mengawasi anak ketika tantrum dan terlalu banyak yang harus difikirkan sehingga orang tua sulit tidur di malam hari. Orang pernah menaikkan nada bicara atau membentak anak dengan tidak disengaja, kemudian menyesal ketika anak tidak mau mendengar perkataan orang tua, ketika anak tantrum (ngamuk) dan melempar barang, orang tua merasa kehilangan arah tentang pengasuhan “hal apa lagi yang harus saya lakukan untuk anak saya”.

Berdasarkan hasil survey awal yang telah dilakukan dapat diperoleh bahwa secara umum sebagian orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus di Lhokseumawe terlihat *parental burnout* pada beberapa aspek, yaitu aspek

kelelahan dalam peran orang tua dan jarak emosional dan kontras dengan diri orang tua sebelumnya. Hasil terlihat tinggi pada ibu dan rendah pada ayah, dari latar belakang dan fenomena di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai Gambaran Parental Burnout pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus.

1.2. Keaslian Penelitian

Penelitian yang dilakukan Agiati & Huripah (2019) dengan judul “*Burnout of Parent Who Have Children with Cerebral Palsy Disability in Bandung City*” Hasil penelitian menunjukkan bahwa orang tua yang memiliki anak *cerebral palsy* mengalami *burnout* yang ditandai dengan perasaan kelelahan fisik, *emotional* dan mental. Namun, perasaan kelelahan fisik dan *emosional* masih bisa diatasi dengan baik, hanya perasaan lelah mental yang tidak bisa diatasi. Perbedaan dengan penelitian sebelumnya, pada penelitian Agiati & Huripah (2019) menggunakan teori *burnout* dari Pines dan Aronson dan menggunakan metode kualitatif, sedangkan pada penelitian ini menggunakan teori *Parental Burnout* dari Roskam et al dan menggunakan metode kuantitatif deskripsi.

Penelitian yang dilakukan Polat & Karakas (2019) dengan judul “*An Examination of the Perceived Social Support, Burnout Levels and Child-Raising Attitudes of Mothers of Children Diagnosed with Attention Deficit Hyperactivity Disorder in Turkey*” Hasil yang didapat menunjukkan bahwa dukungan sosial ibu rendah, dan memiliki kelelahan emosional yang lebih tinggi. Perbedaan dengan penelitian sebelumnya, pada penelitian Polat & Karakas (2019) pada hubungan

dukungan sosial pada ibu yang memiliki anak dengan ADHD, menggunakan metode kuantitatif korelasi dan menggunakan teori dari Maslach & Jackson, Sedangkan pada penelitian ini menggunakan teori parental burnout dari rokam et al dengan menggunakan metode kuantitatif deskripsi.

Penelitian yang dilakukan Sadziak et al., (2019) dengan judul "*Parental burnout as a health determinant in mothers raising disabled children*" Risiko terendah kelelahan orang tua ditunjukkan pada ibu dari anak-anak dengan, risiko yang sedikit lebih tinggi adalah karakteristik ibu dari anak-anak dengan sedang dan ringan disabilitas intelektual. Perbedaan penelitian, pada penelitian Sadziak et al., (2019) melakukan penelitian tentang perbedaan parental burnout pada ibu dengan anak Down syndrome dan Autisme, sedangkan pada penelitian ini meneliti tentang gambaran parental burnout pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus dengan metode kuantitatif deskriptif.

Penelitian yang dilakukan (Miranda 2013). Strategi Coping dan Kelelahan Emosional (Emotional Exhaustion) Pada Ibu Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus. Hasil umumnya menunjukkan bahwa subjek yang menggunakan coping yang berfokus pada emosi dan coping yang berfokus pada masalah lebih cenderung menggunakan strategi coping yang berfokus pada masalah dalam menghadapi masalah dengan segera mencoba mengambil tindakan untuk mengatasinya dan terlibat dalam pemecahan masalah serta untuk membuat upaya mencari informasi diperlukan cara mengatasi masalah tersebut. Perbedaan, pada penelitian (Miranda 2013) fokus pada strategi coping kelelahan emosional ibu pada anak berkebutuhan khusus, menggunakan teori dari Maslach dan Jackson (1981) dengan metode

kualitatif, sedangkan pada penelitian ini menggunakan teori dari Roskam et al dengan metode kuantitatif deskriptif.

Penelitian yang dilakukan (Hubert & Aujoulat, 2018) dengan judul "*Parental Burnout: When Exhausted Mothers Open Up*" Hasil yang di dapat menunjukkan pengembangan intervensi spesifik untuk mencegah, mengantisipasi atau mengobati fenomena kelelahan pada orang tua, sehingga dapat membantu mereka dan anak- anak mereka mengatasi situasi sulit ini dengan lebih baik, yang sering diperkuat oleh indera rasa bersalah, malu, dan kesepian. Perbedaan, penelitian (Hubert & Aujoulat, 2018) pada pencegahan dan cara mengatasi kelelahan pada ibu, dengan analisis fenomenologis, sedangkan pada penelitian ini 9ndep pada gambaran *parental burnout* pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus dengan menggunakan metode kuantitatif deskriptif.

1.3. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu bagaimana gambaran *parental burnout* pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus?

1.4. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran *parental burnout* pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus.

1.5. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah sebagai referensi pada penelitian- penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan gambaran *parental burnout* pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus, serta menjadi bahan kajian lebih lanjut.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan bisa bermanfaat bagi:

A. Bagi mahasiswa psikologi

Dengan adanya penelitian ini diharapkan memberikan pemahaman pada mahasiswa tentang bagaimana proses orang tua dalam melakukan pengasuhan anak yang memerlukan perdampingan secara khusus

B. Bagi orang tua

Penelitian dapat memberi pemahaman bagi orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus mengenai gambaran *parental burnout* pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus, dengan memahami masalah-masalah ini, orang tua dapat 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 (kelompok/ komunitas seperti: Parents Supporting Group (PSG), Yayasan Mandiri Autisme Indonesia (YMAI), kemudian bisa membagi waktu pengasuhan dengan pasangan, keluarga atau

orang terdekat sehingga ada jeda bagi orang tua untuk beristirahat, serta bisa datang ke psikolog.

C. Bagi sekolah dan instansi yang berhubungan dengan anak berkebutuhan khusus

Penelitian ini diharapkan dapat memberi pengetahuan tentang parental burnout, serta dapat mengundang para ahli seperti psikolog atau para ahli lainnya untuk dapat diterapkan psikoedukasi agar bisa menanggulangi permasalahan parental burnout pada orang tua, sehingga orang tua mengetahui bagaimana cara yang tepat dan efektif untuk mencegah dan mengatasinya.

D. Bagi penelitian selanjutnya

Dapat memberikan gagasan serta menambah teori untuk peneliti selanjutnya yang melakukan penelitian tentang gambaran parental burnout pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus.