

BAB II

Tinjauan Pustaka

A. Parenting Stress

1. Pengertian *parenting stress*

Deater-Deckard & Panneton(2017) mendefinisikan *parenting stress* merupakan serangkaian proses yang membawa pada kondisi psikologi yang tidak disukai dan reaksi psikologis yang muncul dalam upaya menyesuaikan diri dengan tuntutan peran sebagai orang tua. *Parenting stress* dapat dikatakan sebagai situasi penuh tekanan yang terjadi pada pelaksanaan tugas pengasuhan anak. Dalam kenyataanya pengasuhan anak bukanlah suatu hal yang mudah untuk dilakukan, sehingga dapat dikatakan bahwa pengasuhan itu sendiri merupakan proses yang penuh tekanan (Rahayu et al., 2019).

Abidin(dalam Ahern, 2004) mendefinisikan bahwa *parenting stress* adalah stres yang muncul dan diciptakan sendiri oleh orang tua dari ketidakcocokan antara persepsi dengan tuntutan pengasuhan serta sumber daya sosial yang tersedia untuk memenuhi tugas pengasuhan orang tua. Dabrowska & Pisula (2010) mendefinisikan *parenting stress* sebagai stres yang dialami orangtua dalam proses pengasuhan yang melibatkan serangkaian cara untuk mengatasi perilaku dan berkomunikasi dengan anak (sosialisasi, pengajaran), perawatan atau pengasuhan (mengasuh, melindungi), mencari penyembuhan bagi

anak, serta pengaruh stres tersebut terhadap kehidupan pribadi dan keluarga.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa *parenting stress* adalah stres yang dialami oleh orang tua sebagai proses pengasuhan yang melibatkan reaksi psikologis terhadap ketidakcocokan antara upaya orang tua beradaptasi dalam tuntutan pengasuhan dan sumber daya yang tersedia serta pengaruh stres terhadap kehidupan pribadi keluarga

2. Aspek- aspek *parenting stress*

Aspek-aspek *parenting stress* menurut Abidin (dalam Ahern, 2004) adalah sebagai berikut:

- 1) *The parent distress* dalam hal ini menunjukkan pengalaman stress yang dialami orang tua dalam pengasuhan anak serta perasaan personal yang timbul setelah kehadiran anak. Indikatornya meliputi:
 - a. *Feelings of competence*, yaitu kurangnya kemampuan dan pengetahuan orang tua dalam merawat anak.
 - b. *Social isolation*, yaitu orang tua merasa terisolasi secara sosial serta tidak adanya dukungan emosional dari teman, sehingga meningkatkan kemungkinan tidak berfungsinya pengasuhan.
 - c. *Restriction imposed by parent role*, yaitu adanya pembatasan pada kebebasan pribadi, orang tua melihat

dirinya sebagai hal yang dikendalikan dan yang dikuasai oleh kebutuhan dan permintaan anaknya.

- d. *Relationships with spouse*, yaitu adanya konflik antar hubungan orang tua yang mungkin menjadi sumber stres utama. Konflik utamanya mungkin melibatkan ketidakhadiran dukungan emosi dan material dari pasangan serta konflik mengenai pendekatan dan strategi manajemen anak

2) *The difficult child* disini digambarkan dengan perilaku anak yang terkadang dapat mempersulit proses pengasuhan orang tua.

Indikatornya meliputi:

- a. *Child adaptability*, yaitu ketidakmampuan anak untuk menyesuaikan diri dengan perubahan fisik maupun lingkungan serta keterlambatan dalam belajar.
- b. *Child demands*, yaitu anak lebih banyak permintaan terhadap orang tua berupa perhatian dan bantuan. Umumnya anak- anak sulit melakukan segala sesuatu secara mandiri dan mengalami hambatan dalam perkembangannya.
- c. *Child mood*, yaitu orang tua merasa anaknya kehilangan perasaan akan hal-hal positif yang biasanya merupakan ciri khas anak yang bisa dilihat dari ekspresinya sehari- hari.
- d. *Disruptability*, yaitu orang tua merasa anaknya menunjukkan perilaku yang terlalu aktif dan sulit mengikuti

perintah. Anak menunjukkan karakteristik perilaku yang membuat anak sulit untuk diatur

3) *The parent-child dysfunctional interaction* yang digambarkan dengan adanya interaksi antara orang tua dan anak yang tidak berfungsi dengan baik. Indikatornya meliputi:

- a. *Child reinforced parent*, yaitu orang tua merasa tidak ada penguatan yang positif dari anaknya. Interaksi antara orang tua dengan anak tidak menghasilkan perasaan yang nyaman terhadap anaknya.
- b. *Acceptability of child to parent*, yaitu adanya karakteristik anak yang tidak sesuai dengan apa yang diharapkan orang tua sehingga lebih besar dapat menyebabkan penolakan orang tua.
- c. *Attachment*, yaitu orang tua tidak memiliki kedekatan emosional dengan anaknya sehingga mempengaruhi perasaan orang tua

3. Faktor *parenting stress*

Faktor yang menyebabkan *parenting stress* menurut Indrawati, (2020) sebagai berikut:

1. Faktor individu meliputi: kesehatan fisik dan mental orang tua yang kurang baik dan kondisi anak yang sulit untuk diatur contohnya, suka membangkang dan tidak menghiraukan aturan yang sudah diberikan oleh orang tua.

2. Faktor keluarga meliputi: Jumlah anggota keluarga (semakin banyak anggota keluarga maka prosentase perhatian kepada masing-masing anak berkurang), masalah keuangan orangtua yang tidak bisa mencukupi kebutuhan dan keinginan anak, tekanan dari keluarga, masa lalu keluarga yang kurang baik yang dimiliki oleh orang tua, hubungan antar keluarga yang kurang harmonis.
3. Faktor lingkungan antara lain: status sosial ekonomi. budaya/tradisi, stres kehidupan dan kurangnya dukungan sosial

B. *Parenting Self Efficacy*

a) Pengertian *parenting self efficacy*

Menurut Coleman & Karraker (2019) *parenting self efficacy* adalah sebagai penilaian orang tua terhadap kompetensi yang orangtua miliki dalam menjalankan peran mereka sebagai orang tua atau persepsi orang tua tentang kemampuan mereka untuk secara positif mempengaruhi perilaku dan perkembangan anak-anak.

Bandura, (1998) mendefinisikan bahwa *parenting self-efficacy* diartikan sebagai perwujudan kompetensi yang ada pada diri individu dalam proses pengasuhan anak. Hess, Teti & Gardner (2004) mendefinisikan bahwa *parenting self-efficacy* diartikan sebagai penilaian diri orangtua terhadap kompetensi yang dimiliki dalam melakukan peran sebagai orangtua untuk secara positif mempengaruhi perilaku dan perkembangan anak mereka.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa *parenting self-efficacy* adalah penilaian orang tua terhadap kompetensi mereka dalam menjalankan peran pengasuhan sebagai orang tua yang secara positif mempengaruhi perilaku dan perkembangan anak.

b) Aspek –aspek *parenting self efficacy*

Coleman & Karraker (2019) berpendapat aspek *parenting self-efficacy* lain sebagai berikut:

a. *Task Specific*

Pendekatan yang berfokus pada persepsi orangtua terhadap kompetensi mereka yang berkaitan dengan tugas yang berbeda dalam domain parenting. Misalnya, merawat anak ketika anak sakit dan mengadakan rekreasi tertentu bersama anak.

b. *Domain Specific*

Pendekatan yang merupakan kombinasi pengukuran dari *task specific*. Misalnya, orangtua melakukan penilaian atas persepsi kompetensimereka terkait dengan kedisiplinan, pengasuhan emosional dan perilaku pembentukan fisik.

c. *Domain General*

Pendekatan yang memandang *parenting self-efficacy* sebagai konsep yang berbeda dari *domain self-efficacy* lainnya. Namun penilaian ini didasarkan pada ekspektasi *efficacy* secara umum yang tidak terkait dengan tugas-tugas pengasuhan tertentu..

C. Anak Berkebutuhan Khusus

a) Pengertian Anak Berkebutuhan Khusus

Mumpuniarti (dalam Amelia, 2016) mengatakan bahwa anak berkebutuhan khusus adalah anak yang memiliki keunikan tersendiri dalam jenis dan karakteristiknya yang membedakan dari anak –anak normal lainnya. Anak berkebutuhan khusus adalah anak yang dalam proses perkembangan dan pertumbuhan mengalami penyimpangan fisik, mental, intelektual, sosial atau emotional dibandingkan anak seusianya, sehingga memerlukan penanganan khusus (Maysa, 2019)

Anak berkebutuhan khusus adalah anak yang memerlukan penanganan khusus karena adanya gangguan perkembangan dan kelainan yang dialami anak. Berkaitan dengan istilah *disability*, maka anak berkebutuhan khusus adalah anak yang memiliki keterbatasan di salah satu atau beberapa kemampuan baik itu bersifat fisik seperti tunanetra dan tunarungu, maupun bersifat psikologis seperti autisme dan ADHD (Desiningrum, 2016).

b) Klasifikasi anak berkebutuhan khusus

Menurut IDEA atau Individuals with Disabilities Education Act Amendments yang dibuat pada tahun 1997(dalam Desiningrum, 2016) secara umum, klasifikasi dari anak berkebutuhan khusus adalah:

- a. Anak dengan gangguan fisik
 - 1. Tunaetra, yaitu anak yang indera penglihatannya tidak berfungsi (*blind/low vision*) sebagai saluran penerima informasi dalam kegiatan sehari-hari seperti orang awas.
 - 2. Tunarungu, yaitu anak yang kehilangan seluruh atau sebagian daya pendengarannya sehingga tidak atau kurang mampu berkomunikasi secara verbal.
 - 3. Tunadaksa, yaitu anak yang mengalami kelainan atau cacat yang menetap pada alat gerak (tulang, sendi dan otot).
- b. Anak dengan gangguan emosi dan perilaku
 - 1. Tunalaras, yaitu anak yang mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri dan bertingkah laku tidak sesuai dengan norma-norma yang berlaku.
 - 2. Tunawicara, yaitu anak yang mengalami kelainan suara, artikulasi (pengucapan), atau kelancaran bicara, yang mengakibatkan terjadi penyimpangan bentuk bahasa, isi bahasa, atau fungsi bahasa.
 - 3. Hiperaktif, secara psikologis hiperaktif adalah gangguan tingkah laku yang tidak normal, disebabkan disfungsi neurologis dengan gejala utama tidak mampu mengendalikan gerakan dan memusatkan perhatian.
- c. Anak dengan gangguan intelektual

1. Tunagrahita, yaitu anak yang secara nyata mengalami hambatan dan keterbelakangan perkembangan mental intelektual jauh dibawah rata-rata sehingga mengalami kesulitan dalam tugas-tugas akademik, komunikasi maupun sosial.
2. Anak lamban belajar (*slow learner*), yaitu anak yang memiliki potensi intelektual sedikit di bawah normal tetapi belum termasuk tunagrahita (biasanya memiliki IQ sekitar 70-90).
3. Anak kesulitan belajar khusus, yaitu anak yang secara nyata mengalami kesulitan dalam tugas- tugas akademik khusus, terutama dalam hal kemampuan membaca, menulis dan berhitung atau matematika.
4. Anak berbakat, adalah anak yang memiliki bakat atau kemampuan dan kecerdasan luar biasa yaitu anak yang memiliki potensi kecerdasan (intelegensi), kreativitas, dan tanggung jawab terhadap tugas (*task commitment*) diatas anak-anak seusianya (anak normal), sehingga untuk mewujudkan potensinya menjadi prestasi nyata, memerlukan pelayanan pendidikan khusus.
5. *Autisme*, yaitu gangguan perkembangan anak yang disebabkan oleh adanya gangguan pada sistem syaraf pusat yang mengakibatkan gangguan dalam interaksi sosial, komunikasi dan perilaku.

6. Indigo, adalah manusia yang sejak lahir mempunyai kelebihan khusus yang tidak dimiliki manusia pada umumnya.

D. Hubungan antara *parenting self efficacy* dengan *parenting stress*

Stres merupakan gangguan mental yang dihadapi seseorang akibat adanya suatu tekanan. Stres tidak dapat dianggap sebagai permasalahan yang ringan, hal ini dapat mengganggu kesehatan yang berpengaruh pada psikologis, ekonomi, dan sosial (Maeng & Shors, 2012). Yusuf berpendapat stres merupakan kondisi psikofisik yang ada dalam diri setiap orang (Sandra, 2015). Senada dengan itu, Mumpuni & Wulandari (dalam Sandra, 2015) mengatakan stres adalah kondisi setiap individu yang mengalami ketidakseimbangan dan merupakan kondisi dinamis dimana seorang individu dihadapkan pada peluang, tuntutan, atau sumber daya yang terkait dengan apa yang dihasratkan oleh individu tersebut dan yang hasilnya dipandang tidak pas. Lebih lanjut lagi Smith (dalam Sandra, 2015) mengungkapkan stres disebabkan oleh hal apapun yang membuat individu tegang, marah, frustrasi, atau tidak bahagia (Sandra, 2015). Berdasarkan pendapat ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa stres adalah kondisi seseorang individu yang mengalami ketidakseimbangan karena ketidaksesuaian antara apa yang diinginkan dengan kenyataan dan mempengaruhi perilaku individu tersebut (Sandra, 2015).

Stres yang dialami orang tua yang terkait dengan perannya sebagai orang tua biasa disebut stres pengasuhan. *Parenting stress*, menurut

Abidin & Brunner(dalam Ahern, 2004), adalah suatu tekanan, kecemasan serta tegangan yang melampaui batas secara khusus berhubungan dengan peran orangtua dan interaksi antara orangtua dengan anaknya. Lestari (dalam Indrawati, 2020) berpendapat bahwa *parenting stress* dapat dimaknai sebagai suatu kondisi yang penuh dengan tekanan yang terjadi pada pelaksanaan tugas dalam mengasuh dan mengoptimalkan tumbuh kembang anak. Banyak dampak negatif akan dialami oleh orang tua jika mereka mengalami stres pengasuhan. Penelitian yang dilakukan oleh Rahayu, Ni'matuzahroh & Amalia (2019) menyatakan bahwa orang tua yang mengalami *parenting stress* cenderung melampiaskan amarahnya kepada anak seperti mencubit, memukul, dan mendiamkan anaknya ketika sulit diatur. Sa'diyah, (2016) mengatakan dampak negatif *parenting stress* menyebabkan orang tua menelantarkan anak, melakukan kekerasan fisik dengan anak serta menyebabkan terganggu kegiatan sehari-hari orang tua karena orang tua hanya murung dan tidak mau melakukan apapun untuk perkembangan anak sehingga kondisi keterbelakangan anak semakin parah.

Penelitian dari Falk, Norris & Quinn(2014) menyatakan bahwa *parenting stress* berdampak negatif terhadap orang tua seperti ketegangan dan kecemasan, masalah pernikahan, fungsi keluarga dan menurunkan kesehatan fisik orang tua termasuk depresi orang tua. Bögels, Lehtonen ,Restifo(2010) mengatakan bahwa orang tua yang mengalami *parenting stress* akan menunjukkan respon penolakan, kurang hangat terhadap anak.

Osborne & Reed (2010) mengatakan dampak dari *parenting stress* membuat pengasuhan orang tua menjadi tidak efektif dan akan berdampak pada masalah perilaku anak.

Abidin (dalam Rahayu et al., 2019) menyebutkan bahwa salah satu aspek dari *parenting stress* adalah *the parent distress*. *The parent distress* yaitu pengalaman stres yang pernah dialami oleh orangtua dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan pengasuhan anak, dalam pengalaman stres orang tua terdapat indikator *feeling of competence* yakni tuntutan dalam merawat anak serta perasaan kurangnya kemampuan orangtua dalam merawat anak. *Feeling of competence* berhubungan dengan *self-efficacy* yang dimiliki oleh diri manusia. Menurut Bandura, (1998) *self efficacy* mengacu pada keyakinan yang berkaitan dengan kemampuan dan kesanggupan seorang untuk mencapai dan menyelesaikan tugas-tugas dengan target hasil dan waktu yang telah ditentukan. *Self-efficacy* yang terkait dengan proses pengasuhan anak disebut *parenting self-efficacy*. *Parenting self efficacy* adalah penilaian individu atas kompetensi dalam dirinya terhadap peran pengasuhan (Bloomfield & Kendall, 2012).

Antawati & Murdiyani (2013) berpendapat bahwa tingkat *parenting self-efficacy* yang tinggi berhubungan dengan kepuasan pengasuhan yang tinggi dan tingkat depresi yang rendah. Coleman dan Karraker (dalam Indrasari & Affiani, 2018), menemukan *parenting self-efficacy* yang tinggi berhubungan dengan kemampuan orangtua untuk menyediakan lingkungan pengasuhan yang adaptif dan stimulatif, meningkatkan kepekaan orangtua

terhadap kebutuhan anak, dan keterikatan dalam interaksi langsung sebagai orangtua, sebaliknya *parenting self-efficacy* yang rendah berdampak pada perilaku pengasuhan (*defensive* dan *controlling behavior*), munculnya persepsi orangtua mengenai kesulitan pada anak, tingkat stres yang tinggi pada orangtua, munculnya masalah perilaku pada anak seperti kecemasan, agresif, hiperaktif, dan kekerasan pada teman sebaya.

Penelitian Jones (dalam Mardhotillah & Desiningrum, 2018) menunjukkan bahwa, dalam menghadapi karakteristik anak yang berbeda-beda orangtua dengan *self-efficacy* yang tinggi merasa yakin mampu menerapkan praktik *parenting* yang efektif untuk anak, sedangkan orangtua dengan *self-efficacy* yang rendah cenderung merasa kesulitan dalam menerapkan *parenting* yang tepat untuk anak mereka lebih rentan terhadap stres dan depresi serta pemulihan yang cenderung lambat sehingga mempengaruhi persepsinya terhadap kompetensi sosial sang anak. Donovan (dalam Mardhotillah & Desiningrum, 2018) juga menguatkan bahwa, orangtua dengan *self-efficacy* yang tinggi cenderung menganggap kesulitan anak (*child difficulty*) sebagai tantangan untuk menumbuhkan usaha yang lebih besar dengan cara yang kreatif dalam mengatasi permasalahan dalam perkembangan kompetensi sosial anak, sementara orangtua dengan *self-efficacy* yang rendah cenderung menganggap kesulitan yang dihadapi anak sebagai sebuah ancaman yang melebihi kemampuan mereka.

Hasil penelitian dari Jones dan Prinz (dalam Hidayati & Sawitri, 2017) menunjukkan bahwa dalam menghadapi karakteristik anak yang berkebutuhan khusus, orang tua dengan *parenting self-efficacy* yang tinggi merasa yakin bahwa mereka dapat menerapkan praktik *parenting* yang efektif untuk anak mereka, sedangkan orang tua dengan *parenting self-efficacy* yang rendah cenderung merasa kesulitan dalam memberikan pengasuhan yang efektif untuk anak. Albintary, Rahmawati & Tantiani(2018) mengatakan bahwa *parenting self-efficacy* pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus menjadi hal yang penting untuk diperhatikan karena perkembangan anak dapat dipengaruhi oleh *parenting self- efficacy* yang dimiliki orang tua.

Sejalan dengan penelitian Lambrechts (dalam Mardhotillah & Desiningrum, 2018), bahwa *parenting self-efficacy* dari anak berkebutuhan khusus memiliki pengaruh yang lebih besar terhadap perkembangan anak, dibandingkan dengan *parenting self-efficacy* pada orangtua dengan anak normal. Donovan, Leavitt, & Walsh, (1997) (dalam Antawati & Murdiyani, 2013)*parenting self-efficacy* yang tinggi berhubungan dengan kemampuan orangtua untuk menyediakan lingkungan pengasuhan yang adaptif dan stimulatif, meningkatkan kepekaan orangtua terhadap kebutuhan anak, dan keterikatan dalam interaksi langsung sebagai orangtua. Sebaliknya, *parenting self-efficacy* yang rendah berdampak pada perilaku pengasuhan (*defensive* dan *controlling behavior*), munculnya persepsi orangtua mengenai kesulitan pada anak, tingkat stres yang tinggi

pada orangtua, munculnya masalah perilaku pada anak seperti kecemasan, agresif, *hiperaktif*, dan kekerasan pada teman sebaya.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat di prediksi terdapat hubungan antara *parenting self-efficacy* dan *parenting stress* pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus.

Orang Tua Anak Berkebutuhan Khusus



Parenting Self Efficacy



Parenting Stress

Gambar 1. Kerangka Berpikir

E. Landasan Teori

Abidin (1995) (dalam Ahern, 2004)*parenting stress* diciptakan sendiri oleh orang tua dari ketidakcocokan antara persepsi tuntutan pengasuhan pribadi dan sumber daya sosial yang tersedia untuk memenuhi tugas pengasuhan orang tua. Aspek *parenting stress* menurut (Abidin, 1995) adalah *Difficult Child, Parent Distress, Parent Child Dysfunctional Interaction*

Menurut Coleman & Karraker (2019)*parenting self efficacy* adalah sebagai penilaian orang tua terhadap kompetensi mereka dalam menjalankan peran mereka sebagai orang tua atau persepsi orang tua tentang kemampuan mereka untuk secara positif mempengaruhi perilaku dan perkembangan anak-anak.

Coleman & Karraker (2019) berpendapat aspek *parenting self-efficacy* adalah *task specific, domain specific, domain general*.



Gambar 2. Kerangka Konseptual Penelitian

F. Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

H_a = ada hubungan antara *parenting self efficacy* dengan *parenting stress* pada orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus

H_0 = tidak ada hubungan antara *parenting self efficacy* dengan *parenting stress* pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus