

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Kehadiran anak dalam sebuah keluarga merupakan hal yang tidak ternilai harganya, dimana orangtua akan merasa senang dan bahagia apabila anak terlahir dengan kondisi fisik dan psikis yang sempurna (Kristiana, 2017). Sebaliknya orangtua akan merasa sedih apabila anak yang dimiliki lahir dengan kondisi fisik yang tidak sempurna atau mengalami hambatan perkembangan, salah satu gangguan perkembangan yang dapat terjadi pada anak adalah retardasi mental (Astusi, 2016).

Retardasi mental adalah disabilitas yang memiliki karakteristik dimana anak memiliki kekurangan pada fungsi kognitif dan perilaku adaptif yang meliputi kemampuan sosial dan keterampilan praktis sehari-hari (*American Psychiatric Association*, 2013). Penderita retardasi mental mulai terlihat pada usia sebelum 18 tahun, dengan karakteristik retardasi mental yaitu fungsi intelektual dibawah rata-rata ( $IQ < 70-75$ ) (Raysa, 2014). Namun, 14% dari retardasi mental ringan disebabkan oleh faktor genetik yakni sindrom Down dan *fragile X* yang merupakan penyebab terbanyak (1,2) (Norhidayah, 2013).

Secara umum anak dengan masalah hambatan kognitif memiliki kekurangan seperti fungsi intelektual yang berhubungan dengan kinerja

akademis, dan perilaku adaptif yang berhubungan dengan kemampuan konseptual, sosial dan praktikal dalam kehidupan sehari-hari (Mangunsong, 2009) dan ditandai juga dengan intelegensi dibawah rata-rata (Ormrod, 2009). Dalam penelitian yang dilakukan (Mangunsong, 2009) retardasi mental dengan karakteristik ringan adalah anak yang mampu didik, dan anak dengan retardasi sedang merupakan anak yang mampu latih. Kedua karakteristik diatas memiliki persamaan bahwa anak tidak mampu berfikir secara abstrak dan sulit menyesuaikan diri dengan situasi baru (Kementrian Pendidikan Nasional, 2010).

Prevalensi anak dengan retardasi mental sekitar 1-3% dalam satu populasi ,namun belum ditemukan data pasti mengenai jumlah penderita retardasi mental di Indonesia (Norhidayah, 2013). Pada tahun 2014 sebanyak 130.572 anak di Indonesia dengan disabilitas/ hambatan antara lain : hambatan fisik termasuk tunadaksa, tunanetra, tunarungu, tunawicara, dan hambatan kognitif (Kementrian Kesehatan RI, 2014). Berdasarkan data Dinas Pendidikan Kota Padang tahun 2018 terdapat 953 orang anak dengan masalah retardasi mental terdaftar pada seluruh sekolah luar biasa di kota Padang. Diperoleh juga data yang memaparkan rekapitulasi tumbuh kembang anak dari bulan Januari sampai Desember selama 1 tahun pada tahun 2018 yang mengalami permasalahan sebanyak 109 orang anak dengan masalah gangguan perilaku 34 orang, gangguan pendengaran 56 orang, dan gangguan penglihatan 19 orang (Dinas Kesehatan Kota Padang, 2017). Selain itu untuk kota Padang sendiri data

anak dengan masalah retardasi mental terbanyak ada di Kecamatan Koto Tangah Padang dengan jumlah 72 orang yang terdiri dari 55 retardasi ringan dan 22 dengan retardasi berat yang terbagi pada tingkat 32 orang anak SD, 29 orang SMP dan 11 orang SMA (Dinas Pendidikan Prov. Sumatera Barat, 2018).

Penelitian yang dilakukan Harnowo (2012) jumlah anak dengan retardasi mental mengalami peningkatan setiap tahun, peningkatan jumlah anak dengan retardasi mental mencapai 23% dibanding data 2008. Maka semakin tinggi prevalensi anak dengan masalah retardasi mental semakin banyak orangtua yang mengalami stres pengasuhan. Tidak mudah bagi orang tua yang memiliki anak retardasi mental untuk mengalami fase dimana mereka menyadari kenyataan memiliki anak dengan retardasi mental dan melakukan pengasuhan nantinya (Ormod, 2009).

Memiliki anak dengan gangguan retardasi mental merupakan salah satu hal yang berada diluar konsep anak idaman dari setiap pasangan suami istri, dimana anak dengan retardasi mental sering mengalami kesulitan dalam mengikuti pendidikan selayaknya anak normal, selain itu anak juga akan kesulitan dalam mengurus diri sendiri di tengah-tengah masyarakat, sehingga anak harus di bantu oleh orang lain, atau dibantu orang tuanya (Faraznasia, 2014).

Masalah lain orang tua jadi risau terhadap anak dengan retardasi mental ialah perilaku mencederai diri (*self mutilating*), mengantukkan kepalanya, menggigit jarinya, perilaku agresif dan mengamuk serta

gangguan tidur (Lumbantobing, 2010), tidak jarang juga banyak orang tua yang menyatakan kalau anaknya suka membuat onar dengan berkelahi, namun ada pula anak yang terlalu pemalu, takut sekolah, dan tidakberhati-hati (Lumbantobing, 2010).

Hasil dari beberapa penelitian sebelumnya, pengasuhan ibu dengan anak retardasi mental memiliki tingkat stres yang berat sebanyak 55% dan 45 % mengalami tingkat stres ringan (Maulina, 2017). Penelitian lain yang dilakukan oleh Kristiana (2017) menunjukkan bahwa 90% pengasuhan ibu yang memiliki anak retardasi mental mengalami stres yang berat, 7.5% ibu mengalami stres sangat berat dan 2.5% ibu mengalami stres pengasuhan yang ringan. Dalam hasil penelitian yang dilakukan (Irbah, 2018) Cara ibu memaknai stres pengasuhan pada anak retardasi mental tersebut dengan menyatakan ibu mudah sakit kepala karena merasa kelelahan mengasuh anak dengan retardasi mental, ibu merasa tidak percaya diri untuk mengembangkan kemampuan anak, ibu merasa kecewa dengan dirinya karena memiliki anak dengan masalah retardasi mental. Penelitian yang dilakukan pada anak usia sekolah dari 6- 12 tahun merupakan usia *middle childhood* dimana orangtua terutama ibu memiliki peran yang sangat penting untuk mengembangkan kemampuan anak pada usia tersebut, namun adanya rasa bersalah karena kelelahan akibat stres pengasuhan saat menghadapi perkembangan anak dengan retardasi mental menyebabkan ibu mudah sakit kepala, rambut rontok, tidak nafsu makan karena adanya rasa bersalah tidak mampu menjaga anak (Irbah, 2018). Penelitian yang

dilakukan oleh Hamid (2004) bahwa ibu dengan pengasuhan anak retardasi mental akan menyangkal, depresi, dan marah karena merasa tak percaya diri karena memiliki anak retardasi mental. Namun dengan kondisi seperti ini juga memberikan dampak bagi anak dengan penderita retardasi mental karena pengasuhan dari Ibu yang tidak efektif membuat anak menjadi tidak memiliki kemampuan untuk mengatasi dan mengelola emosi serta anak tidak bisa bersikap mandiri (Blaon, Calkins, Keane & O'Brien, 2010 ; Paschall, Gonzalez, Mortensen, Barnett, & Mastergeorge, 2015).

Dalam penelitian (Mutia, 2012) yang membahas mengenai hubungan karakteristik dan koping dengan *parenting stress* orangtua yang memiliki anak leukimia di RSUP Dr.M.Djamil Padang memperlihatkan 27,3 % diantaranya mengalami stres pengasuhan yang tinggi, dengan total sampel dari 30 responden 12 (40%) diantaranya setuju dengan pernyataan “saya kadang khawatir apakah yang saya lakukan cukup untuk anak saya”. Stres pengasuhan yang dialami orangtua terus meningkat semenjak 12 hingga 18 bulan setelah anak terdiagnosa kanker, tekanan yang juga dirasakan orangtua karena ketakutan terhadap kemungkinan-kemungkinan terburuk yang akan terjadi seperti kekambuhan, kekhawatiran terhadap pemenuhan kebutuhan anak, dan kematian. Permasalahan ini terjadi secara terus menerus sehingga membuat orangtua mengalami tekanan selama pengasuhan, dengan demikian orangtua yang memiliki anak leukimia

memiliki tingkat *parenting stress* lebih tinggi dibanding orangtua dengan anak non-kanker atau penyakit kronis lainnya.

Dalam penelitian Kristiana (2017) tentang *Self-Compassion* dan stres pengasuhan ibu yang memiliki anak dengan hambatan kognitif, dimana penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *Self-Compassion* dan Stres pengasuhan ibu yang memiliki anak dengan hambatan kognitif di SLB X Kota Semarang dimana 36 orang ibu berada pada stres pengasuhan yang tinggi dengan persentase 90% dan 3 orang ibu memiliki persentase 7.5% berada pada stres pengasuhan sangat tinggi. Stres pengasuhan yang dinyatakan oleh orangtua yang berada pada tingkat stres tinggi menyatakan bahwa dia merasa pusing dan bingung dalam menemukan kelebihan dan kekurangan anaknya, sedih jika anak mulai menunjukkan perilaku yang tidak seperti anak pada umumnya, dan akan marah jika anak sulit diajarkan berperilaku positif.

Hasil penelitian yang dilakukan Pamungkas (2015) dengan judul hubungan peatihan keterampilan pengasuhan autis dalam menurunkan stres pengasuhan pada ibu dengan anak autis, dimana stres pengasuhan yang dialami oleh ibu muncul saat pertama kali ibu mengetahui anaknya bermasalah (autis) dengan tidak percaya, shock, sedih, kecewa, merasa bersalah, marah dan menolak kondisi anaknya hingga berujung pada stres.

Stres yang dialami oleh ibu akan mengganggu proses pengasuhan anak dengan retardasi mental (Andarsih,2012). Stres ini terjadi karena ibu tidak tahu cara yang tepat untuk memberikan pengasuhan yang benar bagi

anak mereka, oleh sebab itu ibu yang memiliki anak retardasi mental membutuhkan cara untuk mengurangi stres pengasuhan yang dialami agar mereka merasa lebih nyaman dengan kondisi yang dialami (Pratiwi, 2007). Stres pengasuhan yang dialami ibu pada saat mengasuh anak retardasi mental dapat menurun dengan strategi *coping* (Gupta, Mehrotra, & Mehrotra, 2012).

Menurut Sadock & Virginia (2007) penerimaan orangtua dimana individu tersebut menerima kenyataan dari situasi yang menekan sebagai suatu usaha dalam menghadapi situasi tersebut. Penerimaan terjadi dalam keadaan dimana masalah merupakan sesuatu yang tidak dapat dihindari dan bukan hal yang dapat berubah. Koping merupakan proses yang digunakan oleh individu untuk mengelola situasi yang memunculkan stres (Hogan, 2013). Sumber koping yang berasal dari dalam diri yang mengelola kemampuan dalam memahami emosi dan menata emosi (Gupta, Mehrotra, & Mehrotra, 2012).

Strategi *coping* untuk mengurangi stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak dengan retardasi mental terdiri dari 3 sumber koping yaitu *Active coping* yaitu keyakinan dapat mengubah suatu situasi (Mawardah, 2012), *Self Efficacy* dimana individu mampu menilai potensi yang ada dalam dirinya sebagai sebuah evaluasi (Kurniawan, 2017) dan *Mindfulness* merupakan kondisi individu yang penuh perhatian dan kesadaran dalam menghadapi suatu masalah dengan tidak mudah terbawa stres, depresi, cemas dan meningkatkan hubungan interpersonal (Brown, 2003). Untuk

mengurangi stres pengasuhan pada ibu, melalui *mindfulness*, kondisi stres yang seringkali dianggap menekan akan mampu dimaknai secara berbeda (Duncan 2009).

Penelitian yang dilakukan Neff (2003) salah satu bentuk penataan emosi yang sangat efektif menghindari stres dari individu adalah salah satu aspek dari *self compassion* yaitu *mindfulness*. Salah satu strategi *coping* ini telah terbukti dapat menurunkan afek negatif dengan mengungkapkan kebersyukuran dan penuh kesadaran (Emmons & McCullough, 2003). Dalam penelitian Kabat-Zinn (1994) menjelaskan bahwa *mindfulness* adalah keadaan seseorang yang orang dapat memberikan perhatian tanpa terganggu pada suatu periode waktu, dengan tidak memberikan penilaian terhadap keadaan fisik, kognitif, dan pengalaman psikologis yang sedang berlangsung.

*Mindfulness* dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari pengasuhan (*parenting*). Pemaknaan pada *mindful parenting* dapat diartikan sebagai mengasuh berkesadaran, dalam bahasa Jawa dikenal dengan istilah “*eling*”. Orangtua diharapkan selalu “*eling*” dalam setiap pengasuhannya pada anak-anak. Kesadaran dalam mengasuh tersebut tercermin dalam dimensi-dimensi *mindful parenting*. Dimensi pada *mindful parenting* terdiri atas lima bagian yaitu, mendengarkan dengan penuh perhatian, tidak menghakimi, sabar, adil dan bijaksana, serta *welas asih* atau penuh kasih sayang (Duncan et al., 2009). Kelebihan *Mindful parenting* dengan strategi pengasuhan adalah dimana ibu dapat menerima



kondisi anak tanpa memberikan penilaian negatif baik pada keadaan fisik, kognitif dan pengalaman psikologisnya (Bogels dan Restifo, 2013). Penggunaan metode *mindful parenting* ini juga terbukti dapat mengurangi stres, menurunkan agresi anak, meningkatkan perilaku prososial anak, meningkatkan kepuasan dalam pengasuhan, meningkatkan kualitas komunikasi verbal dan *nonverbal* antara orangtua dan anak, bahkan secara efektif mampu membantu orangtua dalam mengasuh anak yang mengalami autisme dan ADHD (Reynolds, 2003; Cohen and Sempke, 2010; Van der Oord, Bögels, and Peijnenburg, 2012; Beer, Ward, and Moar, 2013). Bukti lain menunjukkan bahwa *mindfulness* menjadi modal bagi seseorang untuk mengatasi emosi negatif terhadap anak yang memiliki hambatan kognitif atau retardasi mental (Kristiana, 2017).

Dalam penelitian yang dilakukan Rinaldi (2017) tentang program *mindful parenting* untuk menurunkan afek negatif pada ibu yang memiliki anak retardasi mental dimana tujuan dari penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh program *mindful parenting* terhadap afek negatif ibu yang memiliki anak dengan retardasi mental. Hasil dari penelitian ini membuktikan program *mindful parenting* memberikan manfaat bagi ibu yang memiliki anak retardasi mental. Afek negatif yang dialami oleh ibu lebih sedikit, yang dimaksud afek negatif dalam penelitian ini yaitu suasana hati yang tidak menyenangkan, merasa bersalah atau marah (Diener, 2000). Dan membuktikan program *mindful parenting* memberikan

keterampilan pada ibu untuk mengasuh dengan penuh kasih perhatian, menerima pengalaman tanpa penilaian (Duncan, 2009).

Pada tanggal 24 Februari 2019, dilakukan *study* pendahuluan di SLB-C Negeri 2 Kecamatan Koto Tangah, Padang karena didapatkan data dari dinas pendidikan Sekolah Luar Biasa ini merupakan sekolah dengan jumlah siswa/siswa terbanyak Se-Kota Padang dengan 72 orang anak masalah retardasi mental dengan karakteristik ringan dan sedang dimana siswa-siswi ini terbagi atas 32 orang anak SD, 30 orang anak SMP dan 10 orang anak SMA. Berdasarkan hasil wawancara dengan lima (5) orang ibu yang memiliki anak dengan retardasi mental, masing-masing ibu menunggu anaknya yang bersekolah pada tingkat SD dengan masing-masing anak berasal dari kelas yang berbeda. Saat ditemui kelima ibu yang memiliki anak retardasi mental sedang menunggu anaknya pulang sekolah bersama dengan ibu-ibu lainnya, didapatkan 2 orang ibu mengatakan dapat menerima anaknya secara sadar dengan retardasi mental karena percaya bahwa memang sudah menjadi takdirnya untuk memiliki anak retardasi mental dengan keadaan mood yang berubah-ubah, menghancurkan barang serta daya tangkap yang tidak sebaik anak normal, ibu ini juga menyadari bahwa mengasuh anak dengan retardasi mental memang lebih berat dari mengasuh anak normal, selain itu ibu juga merasa memiliki pengalaman yang baru dengan mengasuh anak yang berbeda kondisinya dengan anak normal, serta menyadari bahwa anak juga bisa memiliki kelebihan jika terus dilatih sedangkan 3 orang ibu lainnya menyatakan belum bisa

menerima kondisi anaknya dengan retardasi mental, perasaan ini muncul karena tidak terima kalau anak dengan usia 10 tahun yang seharusnya sudah kelas 3 SD, namun malah sebaliknya anak dengan umur 10 tahun masih berada di kelas 1 SD karena tidak mampu secara akademik seperti anak normal biasanya, mereka menyatakan sering marah ketika anaknya mulai mengamuk dan susah diatur, mereka menyatakan sering berdiam dirumah saja dan jarang berkumpul bersama teman-teman diluar karena malu memiliki anak dengan retardasi mental, Ibu juga menyatakan sedih dan khawatir dengan masa depan sang anak jika dia tidak ada didekat sang anak lagi, dan didapatkan dari hasil wawancara bahwa 3 dari 5 orang ibu mengalami stres pegasuhan berkaitan dengan perilaku anaknya dalam pengasuhan.

Berdasarkan teori dan fenomena yang ditemukan dilapangan, *mindful parenting* dapat membantu mengurangi stres pada pengasuhan ibu yang memiliki anak dengan masalah retardasi mental , maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang *mindful parenting*. Selain itu, perawat sebagai tenaga kesehatan memiliki peran dalam bentuk prevensi sekunder yang nantinya akan mendeteksi secara dini stres pengasuhan yang dimiliki ibu dengan memiliki anak retardasi mental. Oleh karena itu, peneliti tertarik mengetahui dan membuktikan ada atau tidaknya Hubungan strategi koping : *Mindful Parenting* dengan Stres Pengasuhan pada Ibu Yang Memiliki Anak Dengan Retardasi Mental di SLB-C Se-Kota Padang.

## B. Rumusan Masalah

Berdasarkan Latar Belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah adakah hubungan strategi koping: *mindful parenting* dengan stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak dengan retardasi mental di SLB-C Se-Kota Padang?

## C. Tujuan Penelitian

### 1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini berdasarkan masalah adalah untuk mengetahui hubungan strategi koping: *mindful parenting* dengan stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak dengan retardasi mental di SLB-C Negeri Se-Kota Padang.

### 2. Tujuan Khusus

Berdasarkan tujuan umum dari penelitian, tujuan khusus yang dapat dijabarkan adalah sebagai berikut :

- a. Mengetahui gambaran stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak dengan retardasi mental.
- b. Mengetahui gambaran *mindful parenting* yang dimiliki ibu yang memiliki anak dengan retardasi mental.
- c. Mengetahui hubungan strategi koping : *mindful parenting* dengan stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak dengan retardasi mental di SLB-C Se-Kota Padang.

## D. Manfaat

### 1. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil Penelitian ini diharapkan dapat menjadi literatur, atau data yang berkaitan dengan pengasuhan orangtua yang memiliki anak retardasi mental.

### 2. Bagi Profesi Keperawatan

Sebagai masukan dalam bidang keperawatan, untuk mengembangkan strategi *coping* dalam keperawatan terhadap stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak dengan retardasi mental.

### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini menambah wawasan bagi peneliti khususnya pada keperawatan anak mengenai *coping* pada Pengasuhan Ibu yang memiliki anak retardasi mental.

