

HUBUNGAN MEKANISME KOPING DENGAN TINGKAT STRES ORANG TUA PADA ANAK YANG RETARDASI MENTAL DI KOTA BOGOR

Al Muhajirin, Yoyo Haryono

STIKes Wijaya Husada Bogor
Email : wijayahusada@gmail.com

ABSTRAK

Mekanisme koping pada orang tua meliputi koping adaptif dan maladaptif. Koping yang adaptif dapat membantu seseorang untuk mengatasi peristiwa stress secara efektif dan meminimalkan masalah yang dialami. Sedangkan koping maladaptive menimbulkan stress bagi individu dan keluarga. Menurut Data Statistik Sekolah Luar Biasa pada tahun 2015 Jawa Barat sebagai peringkat pertama dengan anak retardasi mental terbanyak di Indonesia. Untuk mengetahui hubungan mekanisme koping dengan tingkat stress orang tua pada anak yang retardasi mental di Kota Bogor. Jenis Penelitian ini merupakan *analitik kuantitatif*. Penelitian ini dilaksanakan di Wilayah Kota Bogor dengan sampel 35 anak menggunakan teknik pengambilan sampel total sampling. Instrumen yang digunakan kuesioner sedangkan teknik analisis data dengan menggunakan analisis univariate dan bivariat. Berdasarkan uji statistik dengan menggunakan *chi square* diperoleh nilai P value = 0,955 maka disimpulkan bahwa H_0 diterima dan H_a ditolak berarti tidak ada hubungan antara mekanisme koping dengan tingkat stress orang tua terhadap anak retardasi mental di Kota Bogor.

Kata Kunci : Mekanisme Koping, Anak Retardasi Mental

DOI :

Received : ; Accepted : ; Published :

THE RELATIONSHIP OF COUPING MECHANISM WITH THE FAMILY STRUCTURE AMONG CHILDREN WITH MENTAL RETARDATION AT BOGOR

Abstract:

Coping mechanisms in the elderly include adaptive and maladaptive coping. Adaptive coping can help a person to deal effectively with stressful events and minimize the problems they experience. While maladaptive coping causes stress for individuals and families. According to the Extraordinary School Statistics Data in 2015 West Java ranked first with the most mental retardation children in Indonesia. To find out the relationship of coping mechanisms with the stress level of parents in children who have mental retardation in Bogor City. This type of research is quantitative analytic. This research was conducted in the Bogor City Region with a sample of 35 children using a total sampling technique. The instruments used were questionnaires while the data analysis techniques were using univariate and bivariate analyzes. Based on the statistical test using the chi square obtained P value = 0.955, it was concluded that H_0 is accepted and H_a is rejected, meaning there is no relationship between coping mechanisms with stress levels of parents towards mental retardation children in Bogor City.

Keywords: *Coping Mechanism, Child Mental Retardation*

DOI :

Received : ; Accepted : ; Published :

PENDAHULUAN

Kelahiran seorang bayi ke dunia akan di tunggu-tunggu oleh kedua orang tua, semua orang tua di dunia ingin memiliki keturunan yang sehat jasmani dan rohani, khususnya seorang ibu hamil yang dari awal proses kehamilan selalu menjaga kehamilannya agar bayinya bisa lahir tumbuh dan berkembang dengan sehat tanpa penyakit ataupun gangguan lainnya. Sebuah gangguan dalam pertumbuhan dan perkembangan anak yang paling ditakuti adalah Retardasi Mental. Retardasi mental merupakan masalah dunia dengan implikasi yang besar terutama bagi Negara berkembang.

Diperkirakan angka kejadian retardasi mental berat sekitar 0,3 % dari seluruh populasi, dan hampir 3 % mempunyai IQ dibawah 70. Sebagai sumber daya manusia hal ini kurang produktif, karena 0,1 % dari anak-anak ini memerlukan perawatan, bimbingan serta pengawasan sepanjang hidupnya.⁽¹⁾

Menurut Data Pokok Sekolah Dasar Sekolah Luar Biasa menunjukkan bahwa dalam Jumlah Anak Indonesia tahun 2014 yang menyandang Retardasi Mental sebanyak 679.048 anak, dengan rincian 60% anak laki-laki, dan 40% anak perempuan dari jumlah tersebut anak yang terkena Retardasi Mental dengan derajat sangat berat sebanyak 25%, Retardasi Mental dengan derajat berat sebanyak 28%, retardasi mental dengan derajat cukup berat sebanyak 26%, dan anak dengan retardasi mental dengan derajat ringan atau lemah sebanyak 21%.⁽²⁾

Menurut Data Statistik Sekolah Luar Biasa pada tahun 2015 Jawa barat sebagai peringkat pertama dengan anak retardasi mental terbanyak di Indonesia. Anak dengan retardasi mental menjadi sebuah beban bagi orang tua, apalagi orang tua yang selalu mempunyai pemikiran bahwa memiliki anak dengan retardasi mental itu

suatu aib yang harus di tutupi, dan Orang tua memiliki perasaan malu, tidak percaya diri, sedih, cemas, stres, depresi, dan tidak bisa menerima bahwa mereka memiliki anak dengan retardasi mental, sedangkan anak dengan retardasi mental membutuhkan dukungan yang lebih dari orang tua untuk memenuhi kebutuhan sehari-harinya dan jika mulai bertumbuh besar tidak bisa mendapatkan pendidikan di Sekolah pada umumnya tetapi harus mendapatkan pendidikan di Sekolah khusus karena kekurangannya yaitu mempunyai pemikiran dan daya tangkap yang cenderung lamban.⁽³⁾

Mekanisme coping pada orangtua meliputi coping adaptif dan maladaptif. coping yang adaptif dapat membantu seseorang untuk mengatasi peristiwa stres secara efektif dan meminimalkan masalah yang dialami. Sedangkan coping maladaptif menimbulkan stres bagi individu dan keluarga.⁽⁴⁾

Dalam Penelitian dari Bima Adi Prasa pada salah satu SLB-C di Banjarmasin, hasil penelitian menunjukkan 59,26 % ibu yang memiliki anak dengan retardasi mental mengalami Stres. Ibu yang mengalami Stres ditinjau dari usia anak, pada usia anak kurang dari 12 tahun sebesar 22,22%, dan pada usia anak lebih dari 12 tahun sebesar 37,04%. Ibu yang mengalami stres ditinjau dari jumlah anak, pada ibu dengan jumlah anak kurang dari 2 orang sebesar 33,33% dan pada ibu yang memiliki jumlah anak lebih dari 2 orang sebesar 25,93 %. Ibu yang mengalami Stres ditinjau dari tingkat pendidikan, menunjukkan pada ibu dengan tingkat pendidikan rendah sebesar 40,74% dan pada ibu dengan tingkat pendidikan tinggi sebesar 18,52%.⁽⁵⁾

Berdasarkan hasil studi pendahuluan berupa wawancara kepada 10 orang tua yang mempunyai anak keterbelakangan mental dengan usia 18 tahun di Kota Bogor pada tanggal 16 November 2016, di dapatkan hasil bahwa sebanyak 9 dari 10 orang tua yang memiliki anak dengan retardasi mental mengatakan mereka memiliki perasaan stress yang cukup tinggi dikategorikan mengalami stres cukup tinggi karna dinilai dari perilaku anak sehari – hari contoh melakukan sesuatu dengan arahan sudah sulit dan dapat menimbulkan tanda dan gejala seperti gangguan pernafasan, keluar keringat dengan berlebihan, ketidak adaan tenaga untuk hal – hal ringan. dan 1 orang tua mengatakan tidak begitu memiliki perasaan stres karena sudah menerima keadaan anaknya dikategorikan mengalami stres ringan karena mampu menyelesaikan pekerjaan lebih dari biasanya merasa mudah lelah dan tidak bisa santai. Kebanyakan orang tua yang memiliki perasaan stres mengatakan cara mengatasi stresnya adalah dengan rekreasi bersama keluarga, menonton film, atau pun berolahraga.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian *analitik kuantitatif*, yaitu penelitian yang mencoba menggali bagaimana dan mengapa fenomena kesehatan itu terjadi²³. Alasan menggunakan jenis penelitian ini karena pada penelitian ini mencoba untuk menyelidiki hubungan antara mekanisme koping (variabel *independent*) dengan tingkat stress (variabel *dependent*) dengan memperhitungkan jumlah sampel yang akan diteliti untuk mengetahui korelasi antara satu variabel dengan variabel lain tersebut diusahakan dengan mengidentifikasi variabel yang ada pada suatu objek kemudian diidentifikasi pula variabel lain yang ada pada objek yang sama dan dilihat untuk mengetahui

hubungan antar keduanya. Penelitian ini menggunakan metode *cross sectional*, yaitu suatu penelitian untuk mempelajari dinamika kolerasi antara faktor dan resiko dengan efek, dengan cara pendekatan, observasi atau pengumpulan data sekaligus pada saat itu yang bertujuan untuk melihat Hubungan Mekanisme Koping dengan Tingkat Stress pada Orang Tua dengan Anak Retardasi Mental di Kota Bogor.

HASIL PENELITIAN

1. Analisa Univariat

Tabel 1

Distribusi frekuensi mekanisme koping pada orang tua retardasi mental di Kota Bogor

No	Mekanisme koping	Jumlah	persentase
1	Adaptiv >16	25	71,4
2	Maladaptive <16	10	28,6
Total		35	100

Sumber : Hasil SPSS 16

Berdasarkan tabel 1 distribusi frekuensi mekanisme koping pada orang tua di Kota Bogor Tahun 2017 menunjukkan 25 (71,4) responden memiliki mekanisme koping adaptif.

Tabel 2

Distribusi frekuensi tingkat stress orang tua pada anak retardasi mental di Kota Bogor

No	Tingkat Stress	Frekuensi	Persentase
1	Stres ringan	23	65,7
2	Stres Sedang	12	34,3
3	Stres	0	0,0

	berat		
4	Stres Sangat berat	0	0,0
	Jumlah	35	100

Sumber : Hasil SPSS 16

Berdasarkan tabel 2 distribusi frekuensi tingkat stress orang tua pada anak retardasi mental di Kota Bogor Tahun 2017 menunjukkan bahwa dari 35 responden kebanyakan ibu mengalami stress ringan dengan presentasi 23 (65,7%) orang.

2. Analisa Bivariat

Tabel 3

Hubungan antara mekanisme koping dengan tingkat stress orang tua terhadap anak retradasi mental di Kota Bogor

Mekanisme koping	Tingkat stress				Total	OR	P value			
	SR	SD	SB	SSB						
	N	%	N	%	N	%				
Adaptif	17	48,4	8	23	0	0	25	71,4	1,417	0,955
Maladaptif	6	17,3	4	11,3	0	0	0	10	28,6	(64-70,310)
Total	23	65,7	12	34,3	0	0	35			

Berdasarkan tabel 3 Hubungan antara mekanisme koping dengan tingkat stress orang tua terhadap anak retradasi mental di Kota Bogor tahun 2017, menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki mekanisme koping adaptif mengalami stress ringan sebesar 17 (48,4%), dan

mekanisme koping adaptif memiliki stress sedang sebesar 8 (23%).

Berdasarkan uji statistik dengan menggunakan *chi square* diperoleh nilai P value = 0,955 dengan nilai signifikan adalah >0,05. Sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara mekanisme koping dengan tingkat stress orang tua terhadap anak retradasi mental di Kota Bogor.

Hasil analisis keeratan 2 variabel didapatkan nilai OR= 1,417 (6470-0,310) artinya ibu yang mekanisme memiliki koping adaptif 2 kali lebih besar memiliki tingkat stress ringan.

PEMBAHASAN

1. Analisa Univariat

A. Distribusi frekuensi mekanisme koping pada orang tua retardasi mental di Kota Bogor

Berdasarkan tabel 1. distribusi frekuensi mekanisme koping pada orang tua di Kota Bogor Tahun 2017 menunjukkan 25 (71,4) responden memiliki mekanisme koping maladaptive.

Hal ini sesuai dengan penelitian sadock, Menurut Sadock & Virginia (2007) penerimaan orang tua merupakan suatu respon koping dimana individu menerima kenyataan dari suatu situasi yang menekan sebagai suatu usaha keadaan menghadapi situasi tersebut. Penerimaan terjadi dalam keadaan dimana masalah merupakan sesuatu yang tidak dapat dihindari dan bukan hal yang dapat diubah.

Pada penelitian ini mekanisme koping adaptif menunjukkan bahwa orang tua mampu menerima keadaan anaknya, tidak mengalami stress berkepanjangan, dan berusaha mencari dukungan sosial guna mengatasi masalah yang dihadapinya salah

satunya dengan mampu memberikan pendidikan khusus kepada anak yang mengalami retardasi mental melalui pendidikan di sekolah berkebutuhan khusus anak dengan retardasi mental ini dapat bersosialisasi dengan lingkungan, dan mampu membina hubungan yang positif dengan masyarakat.

Dari uraian diatas peneliti menemukan adanya keselarasan antara teori dan hasil penelitian yang menyatakan mekanisme coping pada orang tua di Kota Bogor Tahun 2017 menunjukkan 25 (71,4) responden memiliki mekanisme coping adaptif.

B. Distribusi frekuensi tingkat stress orang tua pada anak retardasi mental di Kota Bogor Tahun 2017

Berdasarkan tabel 2 distribusi frekuensi tingkat stress orang tua pada anak retardasi mental di Kota Bogor Tahun 2017 menunjukkan bahwa dari 35 responden kebanyakan ibu mengalami stress ringan dengan presentasi 23 (65,7%) orang.

Hal ini sesuai dengan penelitian Partisipan yang mengatakan memiliki beberapa masalah (stressor) dalam menghadapi anak. Kendala (stressor) tersebut adalah pengorbanan waktu untuk bekerja, finansial (keuangan), kesulitan menegakkan kedisiplinan, stigma masyarakat, pertumbuhan anak yang terganggu dan kecemasan orang tua dalam menghadapi masa depan anak. Kendala pertama terkait dengan pengorbanan waktu. Partisipan harus mengorbankan banyak waktu untuk bekerja demi memberikan perhatian dan perhatian khusus untuk merawat anak tunagrahita. Keluarga membutuhkan waktu yang lebih banyak untuk merawat anak tunagrahita karena fungsi kecerdasan dan kemampuan tingkah

laku adaptif anak tunagrahita masih terbatas. Kendala yang kedua adalah masalah finansial (Martiningasih, 2008). Satu partisipan mengatakan mengalami masalah finansial.

Hasil penelitian mengungkapkan bahwa keluarga membutuhkan banyak biaya khusus untuk menjaga kesehatan anaknya yang mengalami gangguan. Partisipan mengatakan membutuhkan banyak biaya untuk melakukan terapi fisik dan terapi wicara setiap tiga kali seminggu dan biaya tersebut harus ditanggung sendiri oleh partisipan.

Hal ini sesuai teori Selye (dalam Rice, 1992) menggolongkan stress menjadi dua berdasarkan persepsi individu terhadap stress yang dialaminya, yaitu : Distress (stress negatif) yang merupakan stress yang merusak atau bersifat tidak menyenangkan. Stress dirasakan sebagai suatu keadaan dimana individu mengalami rasa cemas, ketakutan, khawatir, atau gelisah. Sehingga individu mengalami keadaan psikologis yang negatif, menyakitkan, dan timbul keinginan untuk menghindarinya. Eustress (stress positif) Eustress bersifat menyenangkan dan merupakan pengalaman yang memuaskan. Harrison (dalam Rice, 1992) mengemukakan frase joy of stress untuk mengungkapkan hal hal yang bersifat positif yang timbul dari adanya stress. Eustress dapat meningkatkan kesiagaan mental, kewaspadaan, kognisi, dan perfomansi individu. Eustress juga dapat meningkatkan motivasi individu untuk menciptakan sesuatu, misalnya karya seni.

Sehingga peneliti menemukan adanya keselarasan antara teori dan hasil penelitian yang menyatakan bahwa tingkat stress orang tua pada

anak retardasi mental di Kota Bogor Tahun menunjukkan bahwa dari 35 responden, mayoritas responden yang memperoleh skor kriteria stress ringan $1 < 30$ sebanyak 23 responden dengan presentasi (65,7%).

2. Analisa Bivariat

Berdasarkan uji statistik dengan menggunakan *chi square* diperoleh nilai P value = 0,955 dengan nilai signifikan adalah $>0,05$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara mekanisme koping dengan tingkat stress orang tua terhadap anak retradasi mental di Kota Bogor, artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara mekanisme koping dengan tingkat stress orang tua terhadap anak retradasi mental di Kota Bogor. Dengan demikian hipotesis yang menyatakan ada hubungan mekanisme koping dengan tingkat stress orang tua terhadap anak retradasi mental di Kota Bogor tidak terbukti. Berdasarkan tabel 3 dari 35 responden terdapat 25 (71,4%) mekanisme koping dan 10 (28,7%) responden memiliki mekanisme koping maladaptive.

Penelitian tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan Harris dan McHale (dalam Lam & Mackenzie, 2002) mengatakan bahwa secara psikologis, orang tua khususnya kehilangan harapan akan anak yang "normal" menerima kenyataan kesempurnaan dari anaknya mengintegrasikan anak ke dalam keluarga merupakan tanggung jawab ibu yang kekal dalam proses pembesaran anak yang berbeda dari orang lain. Ketidak pastian jangka panjang dari kelangsungan hidup anak, kesehatan dan pertumbuhan anak di masa depan adalah faktor stress secara psikologis.

Menurut Hasting (dalam Gunarsa, 2006), kemampuan adaptif keluarga juga dipengaruhi oleh perilaku anak dalam hal ini retardasi mental. Menurut Lam et al (dalam Gunarsa, 2006), perilaku anak akan mempengaruhi sikap orang tua dalam mengasuh anak-anak. Menurut penelitian Siagian (2010) tentang hubungan intelegensi dengan kematangan sosial pada anak retardasi mental di SLB/C Surakarta, memaparkan lingkungan yang mempengaruhi pengasuhan pada anak retardasi mental ringan ini, seperti keluarga. Faktor keluarga, misalnya keadaan sosial ekonomi, keutuhan keluarga, dan karakter orang tua. Keluarga yang harmonis dan kebutuhan ekonomi yang mencukupi dapat penunjang pengasuhan yang akan diberikan orang tua. Sedangkan karakter orang tua akan menentukan sikap dan cara pengasuhan anak.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang menyatakan tidak ada hubungan mekanisme koping orang tua dengan anak retradasi mental di Kota Bogor, Berdasarkan uji statistik dengan menggunakan *chi square* diperoleh nilai P value = 0,955 dengan nilai signifikan adalah $>0,05$.

SIMPULAN

Hubungan mekanisme koping dengan tingkat stres orang tua pada anak retardasi mental di Kota Bogor tahun 2017 yang dilakukan kepada 35 responden, dapat di simpulkan sebagai berikut:

1. Diketahuinya distribusi frekuensi mekanisme koping pada orang tua di Kota Bogor menunjukkan 25 (71,4) responden memiliki mekanisme koping maladaptif.

2. Diketahuinya distribusi frekuensi tingkat stress orang tua pada anak retardasi mental di Kota Bogor menunjukkan bahwa dari 35 responden kebanyakan ibu mengalami stress ringan dengan presentasi 23 (65,7%) orang.
3. Analisis hubungan mekanisme coping dengan tingkat stres orang tua pada anak retardasi mental di Kota Bogor tidak adanya hubungan dengan hasil p value nilai P value = 0,955 dengan nilai signifikan adalah >0,05.

DAFTAR PUSTAKA

1. Soetjiningsih. (2012). *Tumbuh kembang anak*. Jakarta:EGC
2. Jahja, Yudrik. (2011). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta : Kencana Jakarta : FIK-UI
3. Iyus, Yosep. (2009). *Keperawatan jiwa (edisi revisi)*. Bandung : Refika Aditama.
4. Hawari, D (2011). *Manajemen Stress Cemas dan Depresi*. Jakarta : FKUI
5. Format Referensi Elektronik direkomendasikan oleh, Bima Adi Prasa. (2012), <http://jurnal.uad.ac.id>, diakses pada tanggal 3 agustus 2017 jam 14.15 WIB.