

**STUDI IDENTIFIKASI FAKTOR-FAKTOR YANG
MEMPENGARUHI STRES PADA IBU YANG MEMILIKI
ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS DI SEKOLAH LUAR
BIASA (SLB) MARKUS MEDAN**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Medan Area
Guna Memenuhi Sebagian Syarat-Syarat Untuk
Meraih Gelar Sarjana Psikologi*

Disusun Oleh:

SITI RESTI TRI RAMADHANI

168600163



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2020**

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 9/3/21

Access From (repository.uma.ac.id)9/3/21

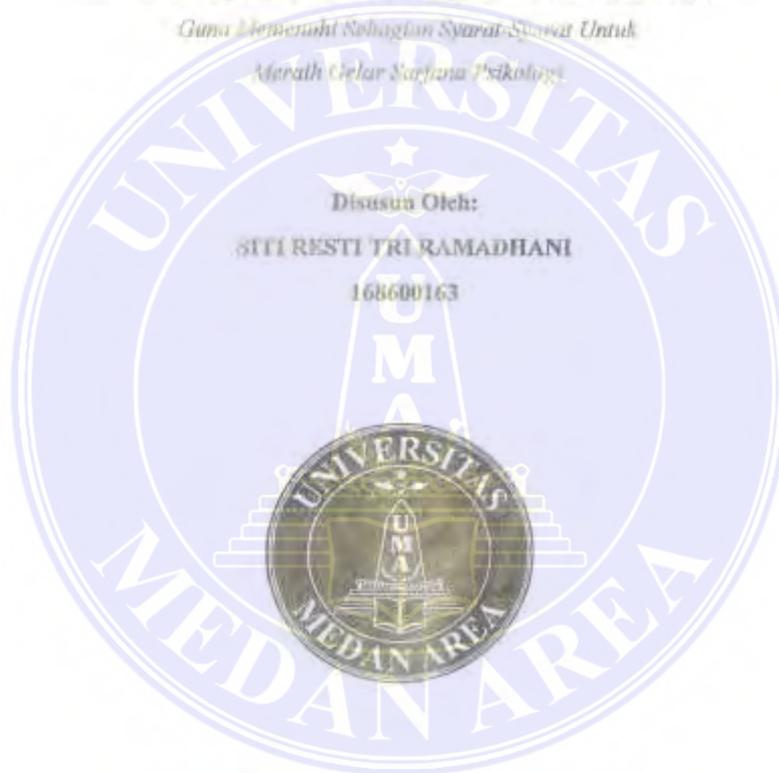
**STUDI IDENTIFIKASI FAKTOR-FAKTOR YANG
MEMPENGARUHI STRES PADA IBU YANG MEMILIKI
ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS DI SEKOLAH LUAR
BIASA (SLB) MARKUS MEDAN**

SKRIPSI

Disajikan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Medan Area

Guna Memenuhi Sebagian Syarat-Syarat Untuk

Meraih Gelar Sarjana Psikologi



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2020**

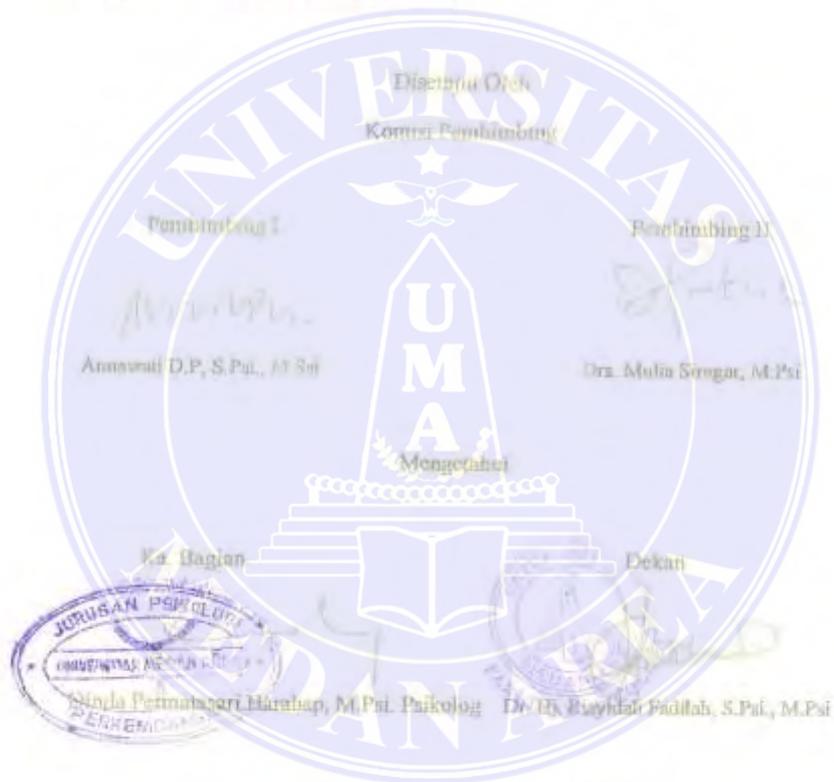
HALAMAN PENGESAHAN

Judul skripsi : Studi Identifikasi Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Stres Pada Ibu Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus di SLB Markus Medan, -

Nama : Siti Resti Tri Ramadhani

Npm : 154800163

Bagian : Psikologi Perkembangan



Tanggal Sidang Meja Hijau

21 Desember 2020

i

Dipertahankan Di Depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi
Universitas Medan Area Dan Diterima Untuk Memenuhi Sebagian
Dari Syarat-Syarat Guna Memperoleh Derajat
Sarjana (S1) Psikologi

Pada Tanggal

21 Desember 2020



Dewan Penguji

1. Hamnuddin, Ph.D
2. Suryani Hardjo, S.Psi., MA
3. Anna Wati Dewi Purba, S.Psi., M.Ssi
4. Drs. Mulia Siregar, M.Psi

Tanda Tangan

HALAMAN PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa skripsi yang saya susun sebagai syarat memperoleh gelar sarjana merupakan hasil karya tulis saya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan skripsi ini yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah dan etika penulisan ilmiah.

Saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya peroleh dan sanksi-sanksi lainnya dengan peraturan yang berlaku, apabila dikemudian hari ditemukan adanya plagiat dalam skripsi ini.

Medan, 21 Desember 2020

Materai



Siti Resti Tri Rappadhani
(168600163)

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Universitas Medan Area, Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Siti Resti Tri Ramadhani
NPM : 168600163
Program Studi : Psikologi Perkembangan
Fakultas : Psikologi
Jenis Karya : Skripsi

Demikian pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Medan Area *Hak Bebas Royalti Non eksklusif (Non exclusive Royalty Free Right)* atas karya ilmiah saya yang berjudul: Studi Identifikasi Faktor-faktor Yang Mempengaruhi *Stres* Pada Ibu Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus di SLB Markus Medan.

Dengan Hak Bebas Royalti Non eksklusif ini Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan skripsi Saya selama tetap mencantumkan nama Saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di: Medan

Pada Tanggal: 21 Desember 2020

Yang menyatakan


Siti Resti Tri Ramadhani
(168600163)

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Bahwa Saya Yang Bertanda Tangan di Bawah Ini:

Nama : Siti Resti Tri Ramadhani

Tempat/Tgl Lahir : Medan, 10 Januari 1998

Jenis Kelamin : Perempuan

Agama : Islam

Pendidikan : Mahasiswa

Kebangsaan : Indonesia

Alamat : Komplek Suka Maju Indah, Jl. Suka Maju Indah Blok FF
No. 12, Tanjung Selamat, Kec. Sunggal

Menerangkan Dengan Sebenarnya:

PENDIDIKAN

1. Tamatan SD Negeri 064021 Medan, Dari Tahun 2004-2010
2. Tamatan SMP Negeri 18 Medan, Dari Tahun 2010-2013
3. Tamatan SMA Kartika I-2 Medan, Dari Tahun 2013-2016
4. Penulis terdaftar sebagai Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area pada Tahun 2016.

Demikian daftar riwayat hidup ini saya buat dengan sebenarnya

Motto

Tak ada masalah yang terlalu besar untuk dihadapi

Tak ada langkah yang terlalu panjang untuk dijalani

Dan tak ada pula yang terlalu sulit untuk dihadapi

Ketika kita mampu menyikapi setiap peristiwa yang terjadi

Dengan hati yang bersih dan kepala yang dingin

Be Positive Thinking and Positive Feeling..

Berusaha secara maksimal, berdoaah kepada Allah SWT dan mohonlah ridho
dari orangtua...

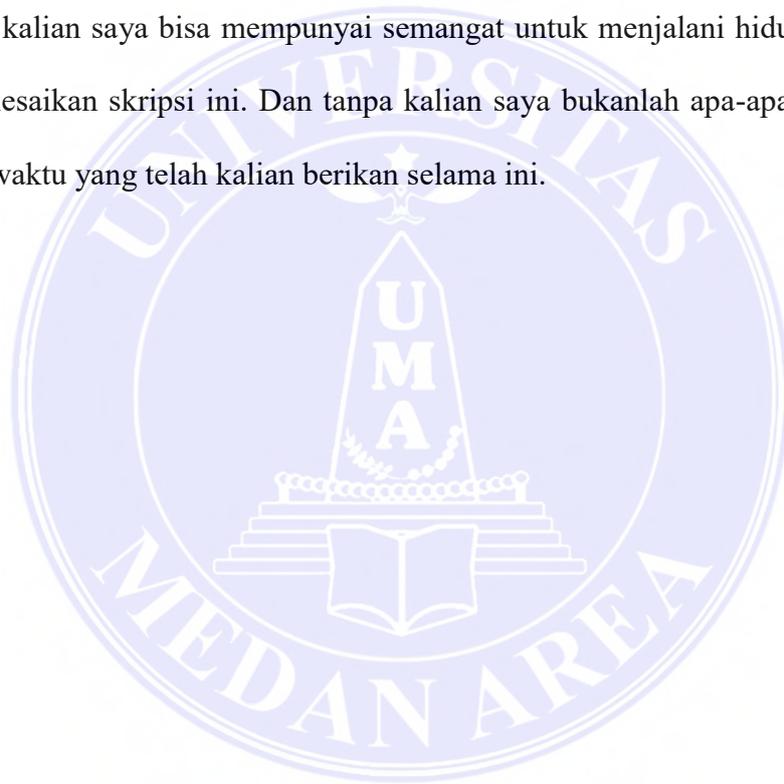
Insha allah kesuksesan akan dengan mudah kita capai...

(Siti Resti Tri Ramadhani)

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk kedua orang tua saya papa dan mama tercinta, dan kedua kakak saya terkasih yang membuat saya selalu semangat dan terus semangat untuk mengerjakan karya sederhana ini. Baik itu dukungan materi maupun dukungan lainnya.

Terimakasih untuk orang-orang sekitar yang telah memberikan dukungan karena kalian saya bisa mempunyai semangat untuk menjalani hidup ini dan bisa menyelesaikan skripsi ini. Dan tanpa kalian saya bukanlah apa-apa, terima kasih untuk waktu yang telah kalian berikan selama ini.



KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim

Assalamu'alaikumWr. Wb. Alhamdulillah, Segala Puji dan Syukur saya ucapkan atas kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang senantiasa melimpahkan rahmatnya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi penelitian ini. Adapun maksud dan tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui “Studi Identifikasi Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Stres Pada Ibu Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus di SLB Markus Medan”.

Peneliti menyadari bahwa keberhasilan dalam menyelesaikan skripsi ini tidak terlepas dari bimbingan, bantuan dan kerjasama yang baik dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini, peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Drs. M. Erwin Siregar, MBA selaku ketua Yayasan Pendidikan Haji Agus Salim.
2. Bapak Prof. Dr. Dadan Ramdan, M.Eng, M.Sc selaku Rektor Universitas Medan Area.
3. Ibu Dr. Hj. Risyidah Fadilah, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Univeritas Medan Area.
4. Ibu Laili Alfita, S.Psi., MM., M.Psi selaku Wakil Dekan Bidang Akademik Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.
5. Ibu Anna Wati Dewi Purba, S.Psi., M.Si sebagai dosen pembimbing pertama yang telah memberikan banyak masukan kepada saya, yang meluangkan waktu, yang selalu sabar menghadapi saya, yang sangat berjasa dalam membantu saya, yang selalu meringankan dan melancarkan segala urusan saya selama proses pembuatan skripsi, yang

telah banyak memberikan saya ilmu-ilmu yang beliau miliki, dan selalu menyemangati saya untuk menyelesaikan skripsi ini.

6. Bapak Drs. Mulia Siregar, M.Psi selaku dosen pembimbing kedua yang selalu memberikan motivasi kepada saya, yang selalu memberikan waktu meskipun beliau ada kesibukan lain, yang selalu meringankan dan melancarkan segala urusan saya selama skripsi dan memberikan banyak masukan serta ilmu beliau pada saya untuk menyelesaikan skripsi ini.
7. Ketua sidang bapak Hasanuddin, Ph.D yang sudah meluangkan waktu untuk hadir dalam sidang meja hijau.
8. Sekretaris ibu Suryani Hardjo, S.Psi., MA yang berkenan untuk menjadi notulen dalam sidang meja hijau dan banyak memberikan masukan ilmu beliau pada saya untuk menyelesaikan skripsi ini.
9. Terimakasih yang sebesar-besarnya kepada segenap Dosen Fakultas Psikologi yang telah memberikan ilmu selama proses belajar sehingga penelitian dapat menyelesaikan skripsi ini dan juga pegawai-pegawai yang telah membantu dalam mengurus keperluan penyelesaian skripsi.
10. Terimakasih kepada bapak Drs. S. Aritonang selaku pihak kepala sekolah SLB Markus Medan dan seluruh guru yang telah memberikan saya izin untuk melakukan penelitian dan senantiasa membantu saya mendapatkan data-data dan informasi yang dibutuhkan dalam menyusun skripsi ini.
11. Terimakasih kepada teman saya Davila Sitorus, Alex Bordon dan Lawfa yang selalu menanyakan saya soal skripsi, selalu memberikan informasi, yang tidak pernah berhenti mengucapkan semangat dan tidak pernah bosan mendengarkan cerita tentang skripsi saya. Sungguh aku sayang kalian para sahabat rasa saudaraku.
12. Terimakasih untuk keluarga tercinta terutama mama dan papa saya yang sudah memberikan semangat ketika saya malas mengerjakan skripsi, sudah menjadi tempat curhat selama pengerjaan skripsi dan selalu meluangkan waktunya untuk menemani saya saat mengurus berkas dikampus.

13. Terimakasih banyak juga teruntuk seluruh teman seperjuangan saya Stambuk 2016 Reg B1 Psikologi, yang selalu memberikan dukungan penuh, perhatian, doa, dan selalu membuat saya semangat dan selalu ceria sampai pada akhirnya bisa menyelesaikan skripsi ini.

14. Terimakasih untuk semua pihak yang terlibat dalam proses panjang ini yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu dan terimakasih untuk semua pembaca. Semoga karya tulis ini bermanfaat.

Peneliti sangat menyadari bahwa masih sangat banyak kelemahan pada skripsi ini baik tata tulis maupun isi yang ada. Maka dari itu peneliti mengharapkan saran dan kritik untuk membantu saya menyempurnakan skripsi ini. Semoga kebaikan yang kalian berikan kepada peneliti akan mendapatkan pahala yang berlipat ganda dari Allah SWT Ammiinn. Demikian sebagai penutup saya selaku peneliti berharap semoga skripsi ini dapat berguna untuk perkembangan ilmu Psikologi.

Medan, 21 Desember 2020

Siti Resti Tri Ramadhani

168600163

ABSTRAK

STUDI IDENTIFIKASI FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI STRES PADA IBU YANG MEMILIKI ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS DI SLB MARKUS MEDAN

Oleh:

SITI RESTI TRI RAMADHANI

Npm: 168600163

Stres adalah kondisi ketegangan yang berkaitan dengan pengasuhan terkait dengan peran orangtua dan interaksi ibu dengan anak berkebutuhan khusus. Faktor yang mempengaruhi stres pada ibu menurut Sarafino (2011) yaitu faktor individu, faktor keluarga dan faktor lingkungan. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi stres pada ibu. Subjek penelitian ini adalah 60 orangtua/ibu ABK di SLB Markus Medan. Teknik pengambilan sampel adalah *total sampling*. Alat pengumpulan data yang digunakan adalah *skala Guttman* yang terdiri dari 24 item ($\alpha = 0,891$). Analisis data menggunakan Uji konfigurasi dengan tabulasi silang dengan menggunakan SPSS 16 dan statistik deskriptif dalam bentuk persen. Berdasarkan analisis data, diperoleh bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi stres pada ibu yang telah diurutkan berdasarkan yang paling tinggi sampai yang terendah adalah sebagai berikut faktor individu (35%), faktor keluarga (33%) dan faktor lingkungan (32%).

Kata Kunci: Stres dan anak berkebutuhan khusus.

ABSTRACT

STUDY OF IDENTIFICATION OF FACTORS AFFECTING STRESS IN MOMS WHO HAVE CHILDREN WITH SPECIAL NEEDS IN SLB MARKUS MEDAN

By:

Siti Resti Tri Ramadhani

NPM: 168600163

Stress is a condition of tension related to parenting related to the role of parents and the interaction of mothers with children with special needs. Factors that influence stress on mothers according to Sarafino (2011) are individual factors, family factors and environmental factors. This study aims to identify the factors that influence stress in mothers. The subjects of this study were 60 parents/mothers with special needs in SLB Markus Medan. The sampling technique is *total sampling*. The data collection tool used was a *Guttman scale* consisting of 24 items ($\alpha = 0.891$). Data analysis used configuration test with cross tabulation using SPSS 16 and descriptive statistics in the form of percent. Based on the data analysis, it was found that the factors that influence stress in mothers which have been ranked from highest to lowest are as follows individual factors (35%), family factors (33%) and environmental factors (32%).

Keywords: Stress and Children with Special Needs.

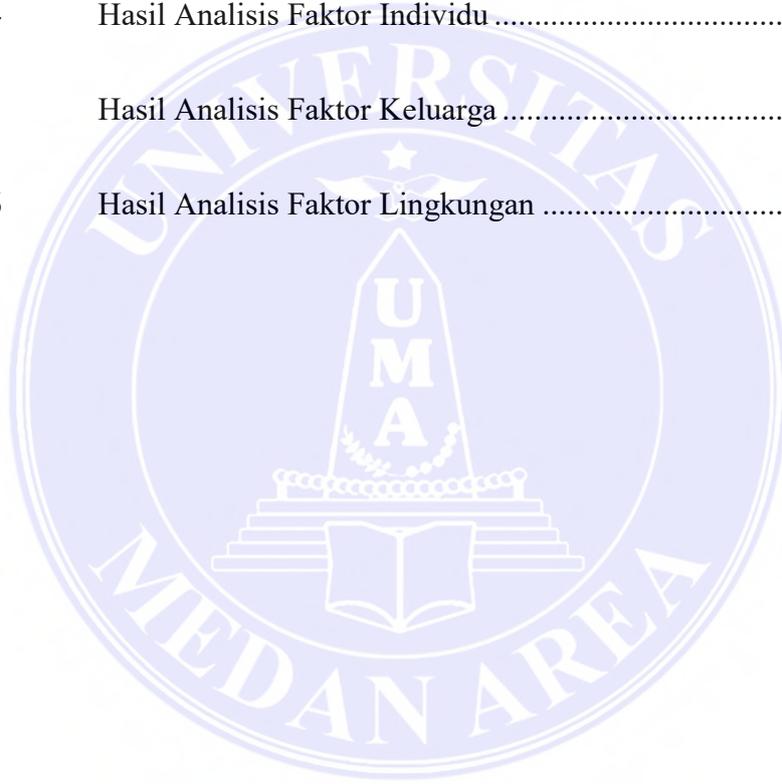
DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	i
HALAMAN PERNYATAAN	iii
PERSETUJUAN PUBLIKASI	iv
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	v
MOTTO	vi
PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
ABSTRAK	xi
ABSTRACT	xii
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah.....	10
C. Batasan Masalah	11
D. Rumusan Masalah.....	11
E. Tujuan Penelitian	11
F. Manfaat Penelitian	12
a. Manfaat Teoritis.....	12
b. Manfaat Praktis	12
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	13
A. Ibu Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus.....	13
1. Pengertian Ibu	13
2. Peran Ibu	14
3. Sikap Ibu	15
4. Gambaran Ibu Yang Memiliki ABK	17
5. Dampak Psikologis Ibu Yang Memiliki ABK	18
6. Reaksi Ibu Yang Memiliki ABK	19
7. Problem Ibu Yang Memiliki ABK.....	22
B. Stres	26
1. Pengertian Stres	26
2. Pengertian Stres Ibu	27
3. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Stres	28

4. Aspek-aspek Stres	32
5. Ciri-ciri Individu Yang Mengalami Stres	34
6. Tanda-tanda Stres	35
7. Jenis-jenis Stres.....	36
8. Sumber-sumber Stres	36
C. Identifikasi Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Stres Pada Ibu Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus.....	38
D. Kerangka Konseptual.....	40
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	41
A. Tipe Penelitian	41
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	41
C. Definisi Operasional	42
D. Subjek Penelitian	42
1. Populasi Penelitian.....	42
2. Teknik Pengambilan Sampel	43
E. Teknik Pengumpulan Data.....	43
F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	44
1. Validitas	45
2. Reliabilitas	45
G. Teknik Analisis Data.....	46
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	47
A. Orientasi Kancha Penelitian dan Persiapan Penelitian.....	47
1. Orientasi Kancha Penelitian.....	47
2. Persiapan Penelitian	49
a. Persiapan Administrasi.....	49
b. Persiapan Alat Ukur	50
B. Pelaksanaan Penelitian	51
C. Analisis Data dan Hasil Penelitian	53
D. Pembahasan.....	57
BAB V PENUTUP.....	59
A. Kesimpulan	59
B. Saran	60
DAFTAR PUSTAKA	62

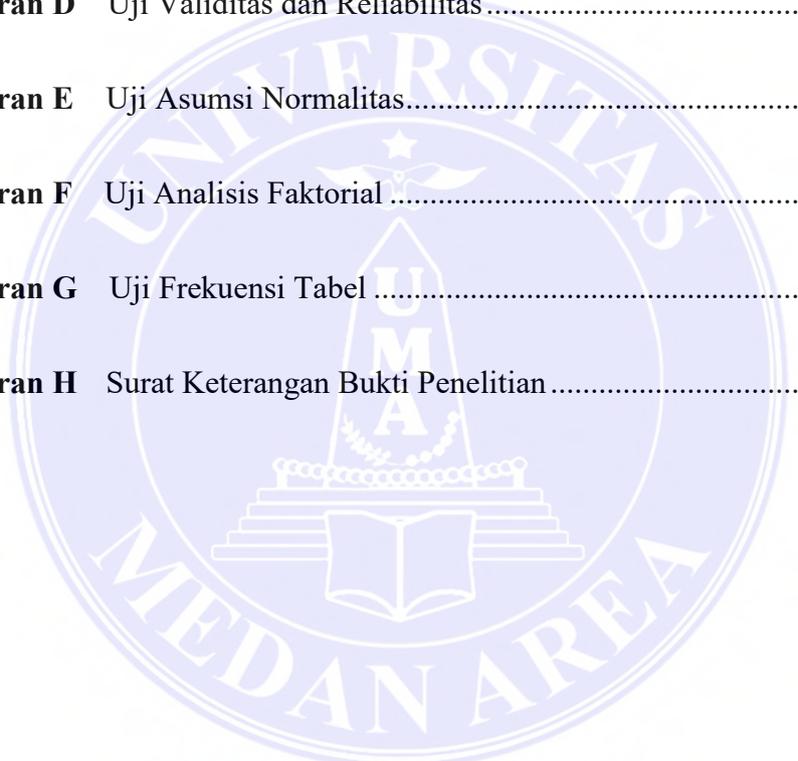
DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1	Distribusi Butir Skala Faktor Stres Ibu Sebelum Uji Coba 50
Tabel 2	Distribusi Butir Skala Faktor Stres Ibu Setelah Uji Coba..... 52
Tabel 3	Rangkuman Hasil Analisis Faktor Stres 53
Tabel 4	Hasil Analisis Faktor Individu 54
Tabel 5	Hasil Analisis Faktor Keluarga 55
Tabel 6	Hasil Analisis Faktor Lingkungan 56



DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran A Skala Stres.....	66
Lampiran B Data Penelitian Sebelum Uji Coba.....	70
Lampiran C Data Penelitian Setelah Uji Coba.....	72
Lampiran D Uji Validitas dan Reliabilitas	75
Lampiran E Uji Asumsi Normalitas.....	78
Lampiran F Uji Analisis Faktorial	80
Lampiran G Uji Frekuensi Tabel	84
Lampiran H Surat Keterangan Bukti Penelitian	87



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Setiap pasangan yang menikah pasti menginginkan keturunan untuk melanjutkan ke generasi selanjutnya. Impian untuk memiliki anak yang normal dan sehat menjadi cita-cita orang tua pada umumnya. Anak yang sehat secara jasmani maupun rohani menjadi harapan bagi setiap pasangan suami istri. Pada umumnya orang tua terutama ibu memiliki harapan yang baik akan kehamilan dan kelahiran anaknya. Setiap orang tua terutama ibu memiliki harapan atau ekspektasi pada anaknya, orang tua membayangkan setiap tahapan perkembangan anaknya, membayangkan anaknya masuk sekolah, kuliah dan lain sebagainya. Namun, pada kenyataan tidak semua anak lahir seperti yang diharapkan orang tua. Beberapa anak terlahir dengan berkebutuhan khusus, seperti tunarungu, tunagrahita, tunadaksa, dan lain sebagainya.

Tantangan terbesar bagi orangtua adalah membesarkan anak (Rahmita, 2011). Anak merupakan anugerah yang dititipkan Tuhan dan menjadi harapan bagi orangtua. Zulfitri (2013) mengemukakan bahwa anak merupakan anugerah Tuhan yang tak ternilai harganya, sehingga banyak keluarga yang menantikan kehadiran seorang anak. Keadaan akan berbeda jika seorang ibu melahirkan anak dalam kondisi fisik yang tidak sempurna atau mendapati anak mengalami kelainan sehingga memerlukan kebutuhan khusus. Safaria (2005) mengemukakan bahwa apabila anak yang dinantikan kehadirannya tidak memenuhi harapan orangtua, maka orangtua akan mulai kecewa dan bersikap menolak.

Keberadaan anak berkebutuhan khusus memiliki dampak tersendiri bagi orangtua, dinamika yang terjadi pada orangtua akan lebih kompleks dan berat. Rutinitas didalam keluarga akan terganggu dan kebutuhan khusus anak akan mengalami dampak yang lebih jauh bagi keharmonisan dan karir orangtua (Mangunsong, 2010). Penelitian Gupta dan Singhal (Fath, 2015) menunjukkan bahwa tingkat stres pada orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus lebih tinggi daripada orangtua yang memiliki anak normal. Tingkat stres pada ibu sebesar 70% dan pada ayah 40%. Hal ini sesuai dengan Hallahan dan Kauffman (Susanandari, 2009) yang mengemukakan bahwa ibu adalah sosok yang lebih rentan terhadap stres dibandingkan dengan ayah.

Berdasarkan data rumah sakit jiwa daerah Atma Husada Mahakam di Samarinda tahun 2013 pasien dirawat jalan, yaitu ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus berjumlah 16 orang. Sepuluh orang adalah ibu rumah tangga dan enam orang adalah ibu yang memiliki dua peran, yaitu sebagai wanita karir dan sebagai ibu rumah tangga (Miranda, 2013). Data ini menunjukkan bahwa keberadaan anak berkebutuhan khusus cukup berdampak pada kondisi mental ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus, sehingga berdasarkan data tersebut, maka penelitian ini difokuskan pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus.

Fenomena kondisi anak yang tidak normal tersebut tentunya membawa dampak psikologis tertentu kepada seorang ibu. Saat seorang anak dilahirkan ke muka bumi, orang tua menyambutnya dengan kegembiraan, namun setelah anak berusia 1 tahun orang tua mulai menyadari bahwa anaknya berbeda dengan anak-

anak lain. Dalam diri seorang ibu mulai timbul perasaan tidak percaya dan penyesalan terhadap keberadaan anaknya (Safaria, 2005).

Pada umumnya, setiap individu mengharapkan kehidupan keluarga yang baik-baik saja, namun tentunya setiap keluarga memiliki permasalahan masing-masing. Salah satu permasalahan yang mungkin dihadapi sebuah keluarga adalah ketika di dalam keluarga terdapat anggota keluarga yang membutuhkan perhatian atau perawatan khusus. Misalnya keluarga dengan salah satu anak berkebutuhan khusus (Sianturi, 2012).

Salah satu anak yang tidak normal adalah anak yang mengalami gangguan autisme, retardasi mental, idiot, embisil debil dan lain-lain kelainan. Pengasuhan dan perawatan bagi anak-anak yang mengalami kelainan ini biasanya membutuhkan tenaga terampil yang dapat membantu sedapat mungkin, walaupun jarang sekali ditemukan bantuan yang diberikan dapat memberikan pengaruh 100% untuk mencapai normal.

Anak berkebutuhan khusus adalah anak yang memerlukan penanganan khusus karena adanya gangguan perkembangan dan kelainan yang dialami anak. Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia (2013) menjelaskan bahwa anak berkebutuhan khusus adalah anak yang mengalami keterbatasan baik secara fisik, mental-intelektual, sosial, maupun emosional, yang berpengaruh secara signifikan dalam proses pertumbuhan atau perkembangannya dibandingkan dengan anak-anak lain yang seusia dengannya. Menurut Heward (2002) anak berkebutuhan khusus adalah anak dengan karakteristik khusus yang berbeda dengan anak pada umumnya tanpa selalu menunjukkan pada ketidakmampuan mental, emosi atau fisik. Istilah lain bagi

anak berkebutuhan khusus adalah anak luar biasa atau cacat (disabilitas). Banyak istilah yang dipergunakan sebagai variasi dari kebutuhan khusus, seperti *disability*, *impairment*, dan *handicap*. World Health Organization (1980) mendefinisikan masing-masing istilah sebagai berikut: *Disability* yaitu keterbatasan atau kurangnya kemampuan untuk menampilkan aktivitas sesuai dengan aturannya atau masih dalam batas normal, biasanya digunakan dalam level individu. *Impairment* yaitu kehilangan atau ketidaknormalan dalam hal psikologis, atau struktur anatomi atau fungsinya, biasanya digunakan pada level organ. *Handicap* yaitu ketidakberuntungan individu yang dihasilkan dari *impairment* atau *disability* yang membatasi atau menghambat pemenuhan peran yang normal pada individu.

Berikut hasil wawancara yang peneliti lakukan terhadap ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus di SLB Markus Medan:

“Saya mempunyai anak keterbelakangan mental. Awalnya saya shock melihat keadaan tersebut karena dalam lingkungan keluarga, baik dari keluarga besar saya maupun suami saya tidak punya riwayat mengalami keterbelakangan mental. Yang paling buat saya capek itu kalau si E buang air besarlah, mau itu sehari tiga kali si E buang air besar, masalahnya kan si E belum bisa ngomong jadi dia buang air besarnya dicelana, ya pasti saya harus bersihin dia lagi... padahalkan kerja saya di rumah bukan ngurus dia aja, saya juga nyuci baju, nyuci piring, masak. Saya merasa sangat tertekan, saya tidak tahu lagi apa yang harus saya lakukan, semuanya terasa sulit dan menyakitkan. Akhir-akhir ini perasaan saya bertambah berat dan rasanya saya tidak sanggup lagi mengasuh anak ini, saya mudah marah dan sulit untuk bersabar”. (wawancara personal pada ibu Sri (30Thn) 8 November 2019).

Wawancara terhadap ibu lain juga mengatakan:

“Saya memiliki anak keterbelakangan mental. Nama anak saya (A). Awalnya anak saya tidak bisa dimengerti. Ya sudah pasti gerem ya namanya yang kita urusin bukan seperti anak normal biasa yang bisa dibilangin, ya kayak Aliyah anak saya susah banget kalo udah dipanggil “Aliyah...” saya panggil sekali belum liat “Aliyah...” saya panggil lagi belum liat juga sampai saya jerit dulu baru liat dia, “kau ya Aliyah suka kali buat mamak jerit-jerit” saya bilang ke dia, kan saya jadinya pusing... capek... palak... kadang mau juga naik darah tinggi

saya. Saya merasa tertekan. Semuanya terasa sulit dan menyakitkan bagi saya. Ketika saya sudah tidak tahan melihat anak saya, saya pun mengamuk saya langsung mengambil sapu dan memukulnya. Ada hal yang semestinya harus saya lakukan, yang tidak membuat akhirnya saya tidak mengamuk". (wawancara personal pada ibu Ratna (32 Tahun) 8 November 2019).

Berdasarkan pernyataan wawancara di atas dapat terlihat bahwa stres memegang peranan ibu dalam mengasuh anak dengan kebutuhan khusus di SLB Markus Medan. Menurut Sarafino (2011), alasan seorang ibu mengasuh anak berkebutuhan khusus salah satunya faktor dari stresnya. Pengaruh stres sangatlah dirasakan ibu yang memiliki anak ABK terutama dalam menerima kehadiran anak penderita anak ABK ini, hal inilah yang menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi stres pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus.

Tugas ibu pada umumnya lebih memiliki interaksi yang lebih terhadap anak dibanding ayah, sehingga stres yang dialami ibu lebih tinggi (Aldwin, 2007). Selain itu, ibu juga merasa bertanggung jawab terhadap kondisi normal dan abnormal anak karena ibulah yang merawat anak sejak dalam kandungan, melahirkan, hingga masa pertumbuhan (Yatim, 2002).

Hal ini menjadikan peran ibu dalam mengasuh anak berkebutuhan khusus tidaklah mudah, banyak tantangan yang harus dihadapi sehingga menjadi sumber stres. Berbagai sumber stres yang dihadapi ibu dapat berupa: permasalahan kehidupan sehari-hari, karakteristik anak yang memiliki keterbatasan, kesulitan dalam perawatan anak, pandangan keluarga terhadap anak keterbelakangan mental, kegagalan melakukan interaksi dan komunikasi dalam merawat anak dengan keterbelakangan mental, kurangnya dukungan sosial. Berbagai sumber stres yang dirasakan oleh ibu dapat menyebabkan terjadinya tekanan psikologis jika tidak mampu diatasi.

Ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus tentu akan merasakan stres, sebab merawat anaknya yang menyandang keterbelakangan mental merupakan tugas utama yang akan menguras pikiran, emosi dan tenaga ibu. Merawat anak berkebutuhan khusus merupakan pekerjaan tambahan bagi ibu sebab anak berkebutuhan khusus jauh berbeda dengan anak normal lainnya. Sementara ibu juga memiliki pekerjaan sebagai ibu rumah tangga dalam rumahnya. Dan kehadiran anak berkebutuhan khusus dalam kehidupan ibu rumah tangga akan menghambat pekerjaan ibu di dalam rumah dan menambah beban kerja ibu.

Seorang ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus pada umumnya berusaha menolak keberadaan si anak dengan berusaha menyembunyikan anak dari orang lain serta menganggap seolah-olah si anak tidak ada Nakta (dalam Safaria, 2005).

Berbagai situasi sering dihadapi dalam mengasuh anak berkebutuhan khusus. Orangtua khususnya ibu yang lebih sering berhadapan dengan anak, sering menghadapi situasi-situasi yang tidak menyenangkan. Situasi yang tidak menyenangkan itu seperti hubungan sosial anak yang terganggu. Gangguan perkembangan dalam komunikasi dan lain sebagainya (Safaria, 2005).

Bagi sebagian ibu, kondisi anak yang tumbuh tidak normal dengan memiliki penyakit atau kelainan seperti anak berkebutuhan khusus dapat membuat seorang ibu yang menjadi pengasuh anak dirumah mengalami stres. Hal ini sejalan dengan pendapat yang dikemukakan Safaria (2005) bahwa salah satu akibat yang dirasakan oleh seorang ibu yang mengetahui anaknya mengalami atau menderita keterbelakangan mental adalah stres. Stres seperti yang dinyatakan Lazarus (dalam Safaria, 2005) adalah segala peristiwa atau kejadian berupa

tuntutan-tuntutan lingkungan maupun tuntutan-tuntutan internal (fisiologis/psikologis) yang menuntut atau melebihi kapasitas sumber daya untuk melakukan penyesuaian diri individu. Oleh karena itu stres merupakan keadaan dan tuntutan yang melebihi kemampuan dan sumber daya adaptif individu untuk mengatasinya, sehingga tuntutan dan keadaan tersebut menimbulkan ketegangan baik secara fisik dan psikis.

Sikap penolakan yang ditunjukkan ibu, bermula dari stres yang dirasakan ibu karena memiliki anak berkebutuhan khusus. Ibu mudah mengalami stres dengan menunjukkan perilaku yang lebih tidak terkendali. Sebagai akibat dari stres yang dirasakan karena memiliki anak berkebutuhan khusus ini, maka akan mempengaruhi ibu itu sendiri terhadap anak berkebutuhan khusus. Beberapa contoh peneliti temui selama berada di Yayasan yang mengelola pembinaan anak-anak penderita cacat, salah satunya adalah ketidaksediaan dan ketidaksiapan orangtua dalam menerima kondisi anak yang memiliki kekurangan. Mereka memaksakan anaknya untuk dapat menyelesaikan program yang diberikan dengan cepat sesuai dengan waktu yang telah ditentukan oleh orangtua, padahal anak mereka memerlukan waktu yang relatif lama. Kondisi ini mencerminkan sikap penolakan ibu terhadap keberadaan anak.

Berbagai manifestasi dari stres yang dirasakan ibu dapat seperti yang terjadi pada saat ibu mengantar, menunggu atau mendampingi anak yang tengah menjalani terapi di yayasan tempat penelitian ini dilaksanakan.

Salah satu fenomena yang terlihat adalah seringnya ibu marah dengan membentak-bentak si anak, menunjukkan wajah murung dan seringnya ibu menyampaikan keluhan kepada teman-temannya. Bahkan ada orangtua yang tega

memukul anaknya karena kesal. Kondisi ini menggambarkan bahwa ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus, merasakan stres yang tinggi dan berakibat sikap penolakan terhadap anak.

Hasil penelitian sebelumnya terkait dengan anak berkebutuhan khusus juga mendukung pendapat bahwa karakteristik dari anak berkebutuhan khusus dapat mengarahkan ibu dalam kondisi stres (William & Wright, 2004) menemukan bahwa terdapat tingkat stres yang tinggi pada ibu dari anak berkebutuhan khusus disebabkan oleh iritabilitas, tidak bergairah, hiperaktif, ketidakmandiran, penurunan komunikasi dan ketidak-tertarikan sosial yang dimiliki anaknya. Dagun (2002) juga menyatakan bahwa penurunan kemampuan sosial dari anak berkebutuhan khusus merupakan prediktor stres bagi ibu dari anak berkebutuhan khusus.

Stres merupakan kondisi yang tidak menyenangkan dimana manusia melihat adanya tuntutan dalam situasi sebagai beban atau diluar batas kemampuan mereka untuk memenuhi tuntutan tersebut (Nasir, 2011). Stres psikologis merupakan hubungan antara manusia dan lingkungan yang dinilai oleh seseorang karena dianggap memiliki tuntutan yang berat atau melebihi kemampuannya dan membahayakan kesejahteraan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa stres adalah suatu ketegangan yang muncul apabila seseorang mengalami tuntutan dari suatu peristiwa atau kejadian yang dapat mengancam keselamatannya.

Stres ibu akan menimbulkan beban bagi ibu. Stres ibu dapat mengubah sikap pengasuh terhadap anak, sehingga anak mempengaruhi perilaku pengasuhannya, perilaku tersebut mulai dari pengasuhan yang baik, pengabaian bahkan perilaku kasar (Gunarsa, 2004).

Sarafino (2011) juga membagi stres berdasarkan sumbernya, yaitu stres yang bersumber dari individu itu sendiri, stres yang bersumber dari keluarga dan stres yang berasal dari komunitas dan masyarakat. Memiliki anak berkebutuhan khusus merupakan sumber stres yang berasal dari keluarga. Seorang ibu yang merawat anaknya yang anak berkebutuhan khusus memiliki perjuangan seumur hidup dalam membesarkan anaknya. Karakteristik perilaku dari anak berkebutuhan khusus, seperti kesusahan dalam mengekspresikan verbal, ketidaksesuaian kognitif, menyakiti diri sendiri ketika kesal merupakan salah satu faktor terberat yang menyebabkan stres dari ibu (Sarafino, 2011).

Faktor-faktor yang mempengaruhi stres dapat dibedakan menjadi tiga tingkatan menurut Sarafino (2011) yaitu: Pertama, *Individu* adalah dapat bersumber dari pribadi orangtua maupun anak. Kesehatan fisik orangtua dapat menjadi faktor yang mendorong timbulnya stres. Kedua, *Keluarga* adalah masalah keuangan dan struktur keluarga merupakan faktor-faktor yang mendorong timbulnya stres. Hal ini dapat berupa pengasuhan anak yang dilakukan sendiri tanpa keterlibatan pasangan atau karena menjadi orangtua tunggal. Ketiga, *Lingkungan* adalah kondisi stres lingkungan rumah juga berperan dalam menunjang perkembangan perilaku stres. Anak-anak bermasalah karena lingkungan disekitarnya yaitu teman-teman yang juga bermasalah. Gangguan yang berasal dari lingkungan rumah, maupun sekolah serta masalah ekonomi.

Emosi serta perasaan ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus tentunya memiliki peranan yang sangat penting dalam mengasuh anak berkebutuhan khusus. Sikap negatif dan kondisi stres dari ibu akan berdampak negatif bagi perkembangan anak (Kirk, 2009). Stres mendorong kearah

ketidakberfungsian pengasuhan ibu terhadap anak. Bahkan Dagun (2002) dikatakan sikap ibu yang mengalami stres akan semakin memperarah anak berkebutuhan khusus yang dimiliki anak. Kondisi stres dapat menjadikan ibu berperilaku tidak sehat dan tidak positif seperti menelantarkan anaknya atau berlaku kasar terhadap anaknya. Ibu yang tidak dapat melakukan *coping* dengan baik akan semakin terpuruk dan tidak lagi melakukan usaha dalam mendukung perkembangan anaknya, sehingga keterbelakangan anak akan semakin parah (Morgan, 2006).

Peneliti menyimpulkan bahwa terdapat berbagai macam kondisi yang dialami ibu dari anak berkebutuhan khusus yang mengarahkan ibu pada stres. Kondisi ini terkait dengan karakteristik gangguan keterbelakangan mental yang dimiliki anaknya. Stres yang dirasakan ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus memberikan pengaruh yang berarti terhadap ibu dalam menghadapi anaknya. Namun stres antara ibu-ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus ini tentunya beragam. Melihat beragamnya stres ibu terutama dalam menerima kehadiran anak penderita anak berkebutuhan khusus ini, hal inilah yang menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi stres pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus di SLB Markus Medan. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Studi Identifikasi Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Stres Pada Ibu Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus”.

B. Identifikasi Masalah

Stres adalah kondisi yang disebabkan oleh adanya kesenjangan antara situasi yang diinginkan, dengan keadaan biologis, psikologis dan sistem sosial

yang sebenarnya pada individu tersebut (Sarafino, 2011). Stres dapat mempengaruhi kemampuan berpikir, berperasaan dan berperilaku dalam lingkungan sosial.

Stres mendorong kearah ketidakberfungsian pengasuhan ibu terhadap anak. Bahkan Dagun (2002) dikatakan sikap ibu yang mengalami stress akan semakin memperarah sindrom anak berkebutuhan khusus. Kondisi stres dapat menjadikan ibu berperilaku tidak sehat dan tidak positif seperti melantarkan anaknya atau berlaku kasar terhadap anaknya. Karena hal tersebut membuat peneliti ingin meneliti studi identifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi stres pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus di SLB Markus Medan.

C. Batasan Masalah

Dalam penelitian ini, penulis akan membatasi masalah yang akan diteliti agar penelitian menjadi lebih terfokus dan dapat menjawab permasalahan penelitian dengan lebih efektif dan efisien. Maka, batasan masalah dalam penelitian ini, yaitu studi identifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi stres pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus di SLB Markus Medan.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, perumusan masalah dalam penelitian ini adalah apa saja faktor-faktor yang mempengaruhi stres pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus di SLB Markus Medan?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui dan menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi stres ibu di SLB pada anak berkebutuhan khusus sehingga dapat diketahui manakah faktor yang paling dominan mempengaruhi stres ibu di SLB pada anak berkebutuhan khusus.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis, yaitu:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi stres di SLB Markus Medan pada kalangan ibu-ibu.

2. Manfaat Praktis.

Data yang diperoleh dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan bagi para pihak-pihak yang berkepentingan dan berwenang, baik untuk kepala sekolah, guru, masyarakat, maupun orangtua dari anak yang memiliki anak berkebutuhan khusus serta dari hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan referensi atau kajian bagi penelitian-penelitian berikutnya agar mampu memperbaiki dan menyempurnakan kelemahan dalam penelitian ini.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Ibu Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus

1. Pengertian Ibu

Ibu adalah sebutan untuk menghormati kodrat perempuan dan sebagai satu-satunya jenis kelamin yang mampu melahirkan anak, menikah atau tidak mempunyai kedudukan atau tidak, seorang perempuan adalah seorang ibu. Istilah ibu diberikan pada ibu yang telah menikah dan mempunyai anak. Peranan ibu dinilai paling penting, melebihi peranan yang lain. Struktur keluarga menggambarkan peran masing-masing anggota keluarga baik didalam keluarganya sendiri maupun perannya dilingkungan masyarakat. Semua tindakan dan perilaku yang dilakukan oleh anggota keluarga menggambarkan nilai dan norma yang dipelajari dan diyakini dalam keluarga. Bagaimana cara dan pola komunikasi diantara orang tua, dan anak, diantara anggota keluarga ataupun dalam keluarga besar (Setiawati, 2008).

Sering dikatakan bahwa ibu adalah jantung dari keluarga. Jantung dalam tubuh merupakan alat yang sangat penting bagi kehidupan seseorang. Apabila jantung berhenti berdenyut maka orang itu tidak bisa melangsungkan hidupnya. Perumpamaan ini menyimpulkan bahwa kedudukan seorang ibu sebagai tokoh sentral dan sangat penting untuk melaksanakan kehidupan. Pentingnya seorang ibu terutama terlihat sejak kelahiran anaknya (Gunarsa, 2004).

Menurut Gunarsa (2004) ibu adalah sebagai sentral dalam perkembangan awal anak, sedangkan kedudukan ayah hanya bersifat peran sekunder saja, suami semata-mata sebagai pendorong moral bagi istri, ibu bisa memberikan air susunya dan memiliki hormon keibuan, yang menentukan tingkah laku terhadap anak.

Berdasarkan uraian diatas ibu adalah seorang wanita yang menikah dan melahirkan anak, menjadi orang yang pertama menjalin ikatan batin dan emosi pada anak dan juga sebagai sentral dalam perkembangan awal anak dengan memiliki sifat-sifat keibuan yaitu memelihara, menjaga dan merawat anak.

2. Peran Ibu

Ibu adalah orang pertama dan utama yang menjalin ikatan batin dan emosional dengan anak. Peran ibu dinilai paling penting, melebihi peranan yang lain dalam membangun kepribadian anak. Hanya ibulah yang bisa dengan cepat mengerti dan mampu menanggapi setiap gerak-gerik anak, ibu segera tahu anaknya hendak menangis, senyum atau lapar (Bowlby dalam Dagun, 2002).

Tokoh ibu menjadi sentral dalam membimbing anak kearah kedewasaan, ikatan emosional yang mendalam antara anak dan ibu akan membentuk pola respons tertentu bagi anak terhadap stimulasi diluar. Keterikatan yang mendalam antara anak dan ibu merupakan sesuatu yang alamiah sifatnya, semuanya berlangsung karena ada sistem hubungan yang berfungsi begitu saja dalam diri anak dan ibu. Keterikatan hubungan ini senantiasa bertumbuh dan berkembang dalam lingkaran sistem biologis (Bowlby dalam Dagun, 2002).

Secara biologis kedudukan ibu lebih penting dari ayah dalam mengasuh anak. Perbedaan struktur biologis antara ayah dan ibu membawa perbedaan peranan pula bagi kehidupan anak. Ibu bisa memberikan air susunya dan memiliki hormon keibuan yang menentukan tingkah lakunya terhadap anak. Sebaliknya, seorang ayah tidak dilengkapi secara biologis untuk menyusui anak dan tidak memiliki bawaan yang mencolok untuk mengasuh anak (Dagun, 2002).

3. Sikap Ibu

Menurut Hurlock (2003), Kondisi yang mempengaruhi sikap seorang ibu dalam kehidupannya, yaitu:

- a. Mencintai anak-anak
- b. Menginginkan persahabatan
- c. Ingin menyenangkan suami atau memperbaiki hubungan perkawinan yang kurang baik
- d. Ingin seperti temannya yang mempunyai banyak anak
- e. Merasa kurang tepat berperan sebagai orang tua
- f. Benci karena harus meninggalkan karir
- g. Takut melahirkan atau takut mempunyai anak yang cacat
- h. Tidak menyukai gangguan fisik dan penambahan berat badan sehubungan dengan kehamilan
- i. Benci karena harus bekerja keras atau terikat.

Menurut Hurlock (2007), ada beberapa faktor yang menentukan sumber sikap ibu, yaitu:

- a. Konsep “anak idaman” yang terbentuk sebelum kelahiran anak sangat diwarnai romantisme dan didasarkan atas gambar anak ideal orang tua itu. Bila anak gagal memenuhi harapan ibu, ibu merasa kecewa dan mulai bersikap menolak.
- b. Pengalaman awal dengan anak mewarnai sikap ibu terhadap anaknya sendiri. Ibu yang sebagai anak keluarga yang besar, dulu diharuskan ikut mengasuh adik-adiknya mungkin mempunyai sikap yang kurang positif terhadap semua anak, termasuk anaknya sendiri.
- c. Nilai budaya mengenaincara terbaik memperlakukan anak, secara otoriter, demokratis maupun permisif, akan mempengaruhi sikap ibu dan cara mereka memperlakukan anak mereka sendiri.
- d. Ibu yang menyukai peran ibu, merasa bahagia dan mempunyai penyesuaian yang baik terhadap perkawinan, mempunyai sikap yang mencerminkan penyesuaian yang baik ini terhadap anaknya.
- e. Bila ibu merasa mampu berperan sebagai ibu, sikap ibu terhadap anak dan perilakunya jauh lebih baik dibandingkan sikap mereka yang merasa kurang mampu dan ragu-ragu.
- f. Ibu yang merasa puas dengan jenis kelamin, jumlah, ciri-ciri watak dan tidak cacat mempunyai sikap yang lebih menguntungkan dari ibu yang merasa tidak puas.
- g. Kemampuan dan kemauan untuk menyesuaikan diri dengan pola kehidupan yang berpusat pada keluarga sesudah bertahun-tahun menikmati pola yang egosentris akan menentukan bagaimana sikap ibu terhadap anaknya.

- h. Jika alasan untuk mempunyai anak adalah mempertahankan perkawinan yang retak dan hal ini tidak berhasil, sikap terhadap anak akan sangat kurang positif dibandingkan sikap ibu yang menginginkan anak untuk memperbesar kepuasan perkawinan orang tua.
- i. Cara anak bereaksi terhadap ibu mempengaruhi sikap ibu terhadap anaknya.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa sikap ibu dipengaruhi oleh konsep “anak idaman”, pengalaman awal dengan anak, nilai budaya, ibu yang menyukai peran ibu, ibu yang merasa mampu dengan perannya sebagai ibu, kemauan untuk menyesuaikan diri dengan kehidupannya, alasan memiliki anak, dan cara anak bereaksi terhadap ibu. Semakin ibu mampu menerima secara positif, maka ibu akan merasa lebih mudah dalam mengasuh anaknya yang mengalami gangguan autisme.

4. Gambaran Ibu yang Memiliki ABK

Ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus menurut Deckard (2004) adalah ibu yang membutuhkan kesabaran ekstra, seringkali mengalami stres ketika anaknya mulai melakukan tantrum dan harus mendampingi anaknya sepanjang waktu. Tantangan yang dihadapi oleh ibu dapat menjadi beban dan menyebabkan stres pada diri ibu (Deater-Deckard, 2004). Orangtua dengan anak berkebutuhan khusus mengalami tingkat stres pengasuhan yang tinggi. Orangtua dalam hal ini adalah ayah atau ibu. Terdapat sebuah penelitian yang menyatakan bahwa tingkat stres pengasuhan dan simtom depresi lebih tinggi dialami oleh ibu daripada ayah dengan anak berkebutuhan khusus (Carter & David, 2007). Ibu dengan anak berkebutuhan khusus memiliki tingkat yang

tinggi dalam stres pengasuhan dan simtom afeksi jika dibandingkan dengan ibu dengan anak *typically developing* dan pada ibu dengan anak yang memiliki keterbatasan atau *disabilities* lainnya.

5. Dampak Psikologis Ibu yang Memiliki ABK

Pada umumnya stres pada ibu rumah tangga lebih banyak merugikan diri seorang ibu. Pada diri ibu rumah tangga, konsekuensi tersebut dapat berupa menurunnya gairah, kecemasan yang tinggi, frustrasi dan sebagainya (Rice, 2002). Konsekuensi pada ibu rumah tangga ini tidak hanya berhubungan dengan aktivitas rumah tangga saja, tetapi dapat meluas ke aktivitas lain diluar rumah tangga. Seperti tidak dapat diatur dengan tenang, selera makan berkurang, kurang mampu berkonsentrasi dan sebagainya. Dampak psikologis ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus yaitu ketidakberdayaan karena kurangnya pengetahuan mengenai anak berkebutuhan khusus, kemudian kecemasan akan masa depan anak, rasa malu, merasa bersalah, kepercayaan diri yang rendah, peningkatan perilaku beragama, stres, frustrasi, *shock*, dan jengkel.

Ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus tentu akan merasakan stres, karena merawat anaknya yang menyandang anak berkebutuhan khusus merupakan tugas utama yang akan menguras pikiran, emosi dan tenaga ibu. Merawat anak berkebutuhan khusus merupakan pekerjaan tambahan bagi ibu sebab anak berkebutuhan khusus jauh berbeda dengan anak normal lainnya. Sementara ibu juga memiliki pekerjaan sebagai ibu rumah tangga dalam rumahnya. Dan kehadiran anak berkebutuhan khusus dalam kehidupan ibu

rumah tangga akan menghambat pekerjaan ibu di dalam rumah dan menambah beban kerja ibu.

Ginanjar (2005) menyatakan bahwa tingkat *stres* ibu dan simtom depresi lebih tinggi dialami oleh ibu dari pada ayah dengan anak berkebutuhan khusus. Hal ini menunjukkan bahwa peran orangtua khususnya ibu dalam mengasuh anak berkebutuhan khusus tidaklah mudah, banyak tantangan yang harus dihadapi yang bisa menjadi faktor munculnya *stres* ibu.

Menurut Aldwin (2007) menyatakan bahwa seorang ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus akan mengalami *stres* yang lebih besar daripada ibu dengan anak yang mengalami keterbelakangan mental karena hilangnya respon interpersonal pada anak-anak berkebutuhan khusus tersebut.

Dagun (2002) menyebutkan bahwa ada empat konsekuensi yang dapat terjadi akibat *stres* ibu rumah tangga yang dialami oleh individu, yaitu terganggunya kesehatan fisik, kesehatan psikologis, *performance*, serta mempengaruhi individu dalam pengambilan keputusan.

Yuwono (2012) efek *stres* yang dirasakan ada dua. Dua hal tersebut adalah:

- a. Efek pada fisiologis mereka, seperti: jantung berdegup kencang, denyut jantung meningkat, bibir kering, berkeringat, mual.
- b. Efek pada psikologis mereka, dimana mereka merasa tegang, cemas, tidak bisa berkonsentrasi, ingin pergi ke kamar mandi, ingin meninggalkan situasi *stres*.

Berdasarkan uraian tersebut maka dapat disimpulkan bahwa dampak psikologis ibu yaitu *stres* dapat berupa fisik (jantung berdegup kencang,

denyut jantung meningkat, bibir kering berkering) dan psikologis (kecemasan, frustrasi, sulit berkonsentrasi, sulit mengambil keputusan).

6. Reaksi Ibu yang Memiliki ABK

Menurut Mangunsong (2009) mengungkapkan ada beberapa hal reaksi ibu ketika mengetahui anaknya mengalami gangguan ABK, yaitu:

a. *Denial* atau Penyangkalan

Penyangkalan adalah reaksi umum, terutama selama tahap awal penyesuaian. Ini membentuk perlindungan diri terhadap kenyataan yang menyakitkan.

b. *Projection of Blame* atau Proyeksi Menyalahkan

Ketika keterbelakangan mental terus terbukti untuk waktu yang lama, atau parah, penolakan mungkin bukan cara yang layak untuk mempertahankan konsep diri.

c. *Fear* atau Takut

Yang tidak diketahui menimbulkan kecemasan pada individu. Kecemasan pada gilirannya menghasilkan rasa takut. Ibu dari anak-anak keterbelakangan mental menghadapi begitu banyak hal yang tidak diketahui sehingga rasa takut adalah reaksi yang wajar dan umum. Banyak orang tua mungkin memiliki sedikit pengetahuan tentang kondisi sebelum kelahiran anak. Ketakutan dan kekhawatiran tampaknya benar-benar tidak masuk akal bagi para profesional. Namun ketakutan ini asli dan harus diakui, didengar dengan sensitivitas dan ditanggapi dengan tepat.

d. *Mourning or Grief* atau Duka

Ketika orang tua mulai menyadari sepenuhnya apa yang telah terjadi, mereka mungkin bereaksi dengan kesedihan atau duka. Kesedihan adalah reaksi alami terhadap situasi yang menimbulkan rasa sakit dan kekecewaan yang ekstrem. Kita semua berduka ketika kehilangan sesuatu yang kita hargai. Kelahiran seorang anak dengan cacat merupakan hilangnya mimpi-harapan untuk putra atau putri yang sehat dan normal. Hal ini juga dapat mewakili hilangnya citra diri orang tua. Dalam beberapa keadaan, orang tua dapat bereaksi terhadap kelahiran anak yang keterbelakangan dengan harapan kematian.

e. *Withdrawal* atau Penarikan

Kesendirian memberi kita semacam kebebasan-kebebasan untuk berpikir sendiri, beristirahat, bermeditasi dan melakukan berbagai hal didunia pribadi kita. Kesendirian bisa menjadi terapi meskipun teurapeutik dalam banyak kasus, penarikan dapat berpotensi merusak. Penarikan adalah bentuk isolasi dan isolasi berkepanjangan bisa berbahaya. Orang tua dapat memilih untuk mengasingkan diri karena perasaan malu dan bersalah. Dengan menarik diri, orang tua dapat membangun pagar pelindung atau ruang dan membungkam terhadap rasa sakit luar, jika tidak terhadap rasa sakit didalam. Menjauh dari fungsi sosial melindungi terhadap pertanyaan “usil” tentang anak-anak dan keluarga.

f. *Rejection* atau Penolakan

Salah satu reaksi ibu halus yang paling umum dihadapi adalah penolakan. Istilah penolakan orang tua cenderung membawa konotasi negatif sedemikian rupa sehingga setiap orang tua yang dideskripsikan

menolaknyanya sering distereotipkan dan berprasangka tidak hanya sebagai orang tua yang tidak kompeten tanpa nilai-nilai kemanusiaan yang kami pegang teguh.

g. *Acceptance* atau Penerimaan

Penerimaan adalah langkah terakhir dalam perjalanan panjang dan sulit menuju penyesuaian bagi orang tua. Penerimaan dapat berkembang dalam tiga bidang: *Pertama*, penerimaan bahwa anak memiliki cacat. *Kedua*, penerimaan anak. *Ketiga*, penerimaan diri.

Penerimaan anak adalah langkah utama dan penting dalam proses penyembuhan dan pertumbuhan. Langkah ini menyiratkan pengakuan akan nilai anak-anak seperti itu untuk siapa mereka. Seluruh proses untuk mencapai penerimaan diri adalah proses yang panjang dan sulit bagi ibu. Itu dipenuhi dengan rasa sakit, frustrasi, keraguan diri dan pengalaman yang menghancurkan ego. Entah bagaimana, terlepas dari semua kesakitan dan pengalaman yang melemahkan, ibu dapat muncul dengan keyakinan kuat bahwa dia adalah ibu dari anak yang sangat istimewa.

Berdasarkan pernyataan diatas bahwa reaksi seorang ibu ketika mengetahui bahwa dia akan mempunyai anak yang mengalami kelainan adalah penyangkalan, menyalahkan, takut, duka, penarikan, penolakan, dan penerimaan.

7. Problem Ibu Yang Memiliki ABK

Masa-masa sulit yang dihadapi oleh orang tua adalah menanti diagnosis dan setelah hasil diagnosis yang menyatakan anaknya berlabel anak berkebutuhan khusus. Orangtua bingung dan cemas atas situasi dan kondisi

perkembangan anaknya yang autistic pada saat ini dan di masa yang akan datang. Dengan mengetahui anaknya didiagnosis sebagai anak berkebutuhan khusus orang tua mengalami shock (tidak percaya). Sikap ini biasanya diikuti sikap seperti cemas, tidak berdaya atau menolak, bingung tidak tahu harus berbuat apa, merasa tak berdaya, menyalahkan diri sendiri, marah kepada diri sendiri, pasangan bahkan kepada anaknya yang ABK tersebut dan bertanya-tanya kepada Tuhan kenapa terjadi seperti ini.

Hal senada juga ditunjukkan oleh hasil penelitian oleh Widodo dalam Yuwono (2012), bahwa ibu yang memiliki sikap/penyesuaian diri negatif terhadap kehadiran anak ABK memiliki ciri-ciri seperti tidak keberadaan anak berkebutuhan khusus secara apa adanya, tidak melakukan penanganan terhadap anak berkebutuhan khusus dan merasa rendah diri dan bersikap tertutup terhadap orang lain dengan keberadaan anaknya.

Adapun problem orang tua khususnya ibu sebab ibu dianggap sebagai subjek yang relevan memiliki problem yang nyata dalam kehidupan sehari-hari. Jordan (dalam Yuwono, 2012) menuliskan beberapa problem yang dihadapi oleh orang tua yaitu:

- a. Ketidak-ahlian orang tua (*parent's lack of experts*)

Ketidak-ahlian orang tua (*parent's lack of experts*) yaitu kurang memiliki keahlian dalam membantu anak berkebutuhan khusus dan sulit untuk memahami anak berkebutuhan khusus.

- b. Harga diri orang tua (*parent's self esteem*)

Harga diri orang tua (*parent's self esteem*) yaitu perasaan bersalah, rasa takut dan ketidak mampuan membuat kontak dengan anak berkebutuhan khusus membuat ibu memiliki self esteem yang rendah.

c. Kondisi kehidupan yang panjang (*life-long condition*)

Kondisi kehidupan yang panjang (*life-long condition*) yaitu salah satu faktor yang menghambat perkembangan anak berkebutuhan khusus adalah ketidakyakinan orang tua terhadap masa depan anak.

d. Akibat yang lebih kompleks (*multiple effects*)

Akibat yang lebih kompleks (*multiple effects*) yaitu problem tambahan yang menyertai anak autistik seperti sensori, bahasa yang lebih spesifik, gangguan kordinasi motorik, perilaku dan sebagainya. Gangguan perkembangan yang kompleks inilah yang mempengaruhi bagaimana cara ibu berinteraksi dengan anak berkebutuhan khusus.

e. Akibat emosi sosial (*social emotional effects*)

Akibat emosi sosial (*social emotional effects*) yaitu kesulitan dalam interaksi dengan orang lain merupakan inti dari kondisi dan kegagalan anak-anak autis pada umumnya.

f. Dukungan informasi dan sosial (*explanation and social support*)

Dukungan informasi dan sosial (*explanation and social support*) yaitu kesulitan ketika ibu harus mengatakan tentang masalah anaknya, hal ini membutuhkan dukungan informasi diagnosis anaknya untuk membantu masalah tersebut.

Menurut Ginanjar dalam Yuwono (2012) problem ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus mengalami berbagai masalah dan krisis sesuai

dengan perkembangan anak berkebutuhan khusus dan tahapan-tahapan kehidupan yang dilewati oleh keluarga yang bersangkutan.

- a. Saat menerima diagnosa umumnya ibu terkejut dan tidak percaya krisis ini muncul disebabkan reaksi ibu seperti menolak diagnosis dan tidak memperbolehkan melakukan terapi.
- b. Gangguan kesehatan anak yang berhubungan dengan gangguan fisik seperti epilepsi, alergi, masalah pencernaan maupun kelainan jantung serta motorik anak. Gangguan ini membutuhkan perhatian dan financial yang sangat besar.
- c. Menghadapi keluarga besar dan masyarakat dimana ibu kerap dituduh sebagai penyebab hadirnya keturunan dengan gangguan anak berkebutuhan khusus dan hal lainnya adalah rasa malu dan tertekan terhadap lingkungan sekitarnya.
- d. Masalah perkawinan, tantangan dalam mengasuh anak berkebutuhan khusus berdampak pada hubungan perkawinan yang tidak memiliki ketrampilan komunikasi dan pemecahan masalah yang baik.
- e. Anak berkebutuhan khusus yang memasuki masa remaja membutuhkan ketrampilan adaptasi yang baik, perubahan aspek biologis, akademis, dan tuntutan sosial yang kompleks menambah beban tersendiri. Perubahan tersebut menambah kesulitan tersendiri bagi anak berkebutuhan khusus sehingga mengalami emosi yang meledak-ledak, agresivitas, kesepian dan menarik diri dari perlakuan.

Secara substansial hasil penelitian menunjukkan indikasi bahwa orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus, khususnya ibu, melaporkan

beberapa stres dan depresi dari pada ibu yang memiliki anak dengan gangguan perkembangan lainnya, Volkmar dalam Yuwono (2012) ada sepuluh hal yang membuat ibu menjadi tertekan yakni; diagnosa anak yang membingungkan, masa perkembangan yang tak biasa, dilema antara tidak dapat dan tidak mau, komunikasi sosial yang tidak normal, kelihatan secara fisik yang tidak normal, perilaku anak-anak yang merusak ditempat umum, beberapa penelitian yang berbasis genetik, hubungan dengan professional, terapi-terapi yang tak menjamin keberhasilan.

Berdasarkan paparan diatas, persoalan ibu dapat dikelompokkan menjadi tiga yakni persoalan ibu dengan ABK, keluarga dan masyarakat.

B. Stres

1. Pengertian Stres

Stres menurut Sarafino (2011), adalah kondisi dimana terjadi kesenjangan antara tuntutan yang dihasilkan oleh transaksi antara individu dan lingkungan dengan sumber daya biologis, psikologis atau sistem sosial yang dimiliki individu tersebut yang akan mempengaruhi kognisi, emosi dan perilaku sosialnya.

Maddi (2013) juga menyatakan, stres adalah keadaan internal yang dapat diakibatkan oleh tuntutan fisik dari tubuh (kondisi penyakit, latihan, dll) atau oleh kondisi lingkungan dan sosial yang dinilai potensial membahayakan, tidak terkendali atau melebihi kemampuan individu untuk melakukan *coping*.

Menurut Atkinson (2000), stres muncul akibat adanya permintaan yang berlebihan sehingga mengakibatkan kesejahteraan fisik dan psikologis seseorang terganggu.

Hager (dalam Santrock, 2003) mendefinisikan, stres sangat bersifat individual dan pada dasarnya bersifat merusak bila tidak ada keseimbangan antara daya tahan mental individu dengan beban yang dirasakannya. Namun, berhadapan dengan suatu sumber stres tidak selalu mengakibatkan gangguan secara psikologis maupun fisiologis. Terganggu atau tidaknya individu, tergantung pada persepsinya terhadap peristiwa yang dialaminya. Faktor kunci dari stres adalah persepsi seseorang dan penilaian terhadap situasi dan kemampuannya untuk menghadapi atau mengambil manfaat dari situasi yang dihadapi. Dengan kata lain, bahwa reaksi terhadap stres dipengaruhi oleh bagaimana pikiran dan tubuh individu mempersepsi suatu peristiwa.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa stres adalah suatu kondisi internal yang dapat merusak dan membahayakan fisik maupun psikologis individu akibat adanya ketidaksesuaian antara tuntutan lingkungan individu dengan kemampuan individu dalam meresponnya.

2. Pengertian Stres Ibu

Stres yang dialami oleh ibu adalah kecemasan dan ketegangan yang melampaui batas secara khusus berhubungan dengan peran orangtua dan interaksi antara orangtua dengan anaknya. *Stres* yang dialami orangtua dalam proses pengasuhan yang melibatkan serangkaian cara mengatasi perilaku dan berkomunikasi dengan anak (sosialisasi dan pengajaran), perawatan atau pengasuhan (mengasuh dan melindungi), mencari penyembuhan bagi anak, serta pengaruh *stres* tersebut terhadap kehidupan pribadi dan keluarga.

Sebagaimana dikemukakan oleh Abidim (dalam Ahern, 2004) bahwa *stres* yang dialami oleh ibu disebut sebagai kecemasan dan ketegangan

berlebihan yang secara khusus terkait dengan peran orangtua dan interaksi orangtua dengan anak. Stres yang dialami oleh ibu ternyata tidak hanya disebabkan oleh permasalahan perilaku anak saja tetapi juga disebabkan oleh adanya perasaan pesimis ibu akan masa depan anak. Hal ini diperkuat oleh Little (2002) bahwa *stres* yang dialami oleh ibu dari anak berkebutuhan khusus berhubungan dengan perasaan pesimis ibu akan masa depan anak.

Stres ibu dapat diartikan sebagai sumber atau stressor pada ibu yang menyebabkan reaksi seorang ibu berupa reaksi fisiologis, psikologis, dan perilaku. Seperti yang telah diungkapkan diatas, lingkungan rumah tangga berpotensi sebagai stressor bagi seorang ibu. Stressor pada seorang ibu menurut Selye (dalam Rice, 2002) merupakan segala kondisi rumah tangga yang dipersepsikan seorang ibu sebagai suatu tuntutan dan dapat menimbulkan stres dalam berumah tangga.

Berdasarkan uraian diatas, maka dapat disimpulkan bahwa *stres* pada ibu adalah kondisi ketegangan yang berkaitan dengan pengasuhan terkait dengan peran orangtua dan interaksi ibu dengan anak berkebutuhan khusus.

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Stres

Menurut Sarafino (2011), faktor-faktor yang mempengaruhi stres dapat dibedakan menjadi tiga tingkatan yaitu:

a. Individu

Pada tingkatan individu faktor-faktor tersebut dapat bersumber dari pribadi orangtua maupun anak. Kesehatan fisik orangtua dapat menjadi faktor yang mendorong timbulnya stres. Misalnya, sakit yang dialami orangtua dan berlangsung dalam jangka panjang. Selain kesehatan fisik,

kesehatan mental dan emosi orangtua yang kurang baik juga dapat mendorong timbulnya stres. Sebaliknya, dari pihak anak faktor-faktor individu yang dapat mendorong stres dapat berupa masalah fisik dan problem perilaku. Adapun stres yang terjadi sehari-hari seringkali menyebabkan oleh problem perilaku anak. Apalagi pada anak-anak yang tergolong sebagai anak yang sulit. Anak-anak seperti ini biasanya sangat sulit diatur, suka membangkang, sering menimbulkan kekacauan bahkan kerusakan. Orangtua menghadapi anak yang demikian akan mudah mengalami stres.

b. Keluarga

Pada tingkatan ini masalah keuangan dan struktur keluarga merupakan faktor-faktor yang mendorong timbulnya stres. Aspek ini juga dapat berupa pengasuhan anak yang dilakukan sendiri tanpa keterlibatan pasangan atau karena menjadi orangtua tunggal. Selain itu hubungan yang penuh dengan konflik, baik antar pasangan maupun antara orangtua anak, sangat berpotensi menimbulkan stres.

c. Lingkungan

Kondisi stres lingkungan rumah juga berperan dalam menunjang perkembangan perilaku stres. Anak-anak bermasalah karena lingkungan disekitarnya yaitu teman-teman yang juga bermasalah. Gangguan yang berasal dari lingkungan rumah, maupun sekolah serta masalah ekonomi.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi stres yaitu individu, keluarga dan lingkungan.

Menurut Greenberg (2002) ada tiga faktor yang menyebabkan timbulnya stres, yaitu:

a. Faktor biologis

Faktor ini berasal dari adanya kerusakan atau gangguan fisik atau organ tubuh individu itu sendiri. Misalnya: infeksi, serangan berbagai macam penyakit, kurang gizi, kelelahan dan cacat tubuh.

b. Faktor psikologik

Faktor ini berhubungan dengan keadaan psikis individu. Selanjutnya ditambahkan oleh Maramis (2004) yang mengatakan bahwa sumber-sumber stres psikologik itu dapat berupa:

- 1) *Frustrasi*, timbul bila ada arah melintang antara keinginan individu dan maksud atau tujuan individu. Ada frustrasi yang datang dari luar, misalnya: bencana alam, kecelakaan, kematian seseorang yang dicintai, norma-norma dan adat-istiadat. Sebaliknya frustrasi yang berasal dari dalam individu, seperti: cacat badaniah, kegagalan dalam usaha dan moral sehingga penilaian diri sendiri menjadi tidak enak, merupakan frustrasi yang berhubungan dengan kebutuhan rasa harga diri.
- 2) *Konflik*, bila kita tidak tahan memilih antara dua atau lebih macam kebutuhan atau tujuan. Misalnya: memilih mengurus rumah tangga atau aktif dikegiatan kantor.
- 3) *Tekanan*, yaitu sesuatu yang dirasakan menjadi beban bagi individu. Tekanan dari dalam dapat disebabkan individu mempunyai harapan yang sangat tinggi terhadap dirinya namun tidak disesuaikan dengan

kemampuannya sendiri atau tidak mau menerima dirinya dengan apa adanya, tidak berani atau bahkan terlalu bertanggung jawab terhadap sesuatu tetapi dilakukan secara berlebih-lebihan. Tekanan dari luar, misalnya: atasan dikantor menuntut pekerjaan cepat diselesaikan sementara waktu yang disediakan sering mendesak.

- 4) *Krisis*, bila keseimbangan yang ada terganggu secara tiba-tiba sehingga menimbulkan stres yang berat. Hal ini bisa disebabkan oleh kecelakaan, kegagalan usaha ataupun kematian.

c. Faktor sosial

Faktor ini berkaitan dengan lingkungan sekitar, seperti kesesakan (*crowding*), kebisingan (*noise*) dan tekanan ekonomi.

Berpijak dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa stres dapat muncul jika individu tidak dapat mengatasi masalah-masalah dalam kehidupannya seperti tekanan dalam pekerjaan, konflik dengan orang sekitar, harapan yang tidak sesuai dengan keinginan, tidak dapat menyadari atau menerima dirinya dengan apa adanya, dan kesehatan yang tak kunjung-kunjung sembuh pun dapat menimbulkan stres.

Berpijak dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa stres dapat muncul jika individu tidak dapat mengatasi masalah-masalah dalam kehidupannya seperti tekanan dalam pekerjaan, konflik dengan orang sekitar, harapan yang tidak sesuai dengan keinginan, tidak dapat menyadari atau menerima dirinya dengan apa adanya, dan kesehatan yang tak kunjung-kunjung sembuh pun dapat menimbulkan stres.

Faktor-faktor individu yang mengalami stres menurut Morgan (2006) adalah:

- a. Situasi yang dapat menurunkan harga diri. Yang sering ditemui adalah kegagalan dalam studi dan diasingkan dalam keluarga.
- b. Situasi yang menghambat tujuan penting atau dilema yang harus dipecahkan. Hambatan yang tidak dapat dilalui atau konflik dalam hal-hal yang berpengaruh dalam hidup.
- c. Penyakit, gangguan fisik, atau abnormalitas. Umumnya yang membuat, atau membangkitkan ide-ide mengenai kemunduran fisik atau kematian.
- d. Rangkaian situasi stres yang berulang sehingga mematahkan toleransi stresnya terhadap situasi tersebut.

Jadi dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor individu yang mengalami stres adalah situasi yang dapat menurunkan harga diri, situasi yang menghambat tujuan penting atau dilema, penyakit atau gangguan fisik, dan rangkaian stres yang berulang.

4. Aspek-aspek Stres

Pada saat seseorang mengalami stres ada dua aspek utama dari dampak yang ditimbulkan akibat stres yang terjadi, yaitu aspek fisik dan aspek psikologis (Aldwin, 2007) yaitu:

- a. Aspek fisik

Berdampak pada menurunnya kondisi seseorang pada saat stres sehingga orang tersebut mengalami sakit pada organ tubuhnya, seperti sakit kepala, gangguan pencernaan.

- b. Aspek psikologis

Terdiri dari gejala kognisi, gejala emosi, dan gejala tingkah laku. Masing-masing gejala tersebut mempengaruhi kondisi psikologis seseorang dan membuat kondisi psikologisnya menjadi negatif, seperti menurunnya daya ingat, merasa sedih dan menunda pekerjaan. Hal ini dipengaruhi oleh berat atau ringannya stres. Berat atau ringannya stres yang dialami seseorang dapat dilihat dari dalam dan luar diri mereka yang menjalani kegiatan akademik di kampus.

Sarafino (2011), mengemukakan 3 aspek psikologis dari stres yaitu:

a. Kognisi

Stres dapat melemahkan ingatan dan konsentrasi dalam aktivitas kognitif (Cohen dkk dalam Sarafino, 2011). Stresor berupa kebisingan dapat menyebabkan penurunan kognitif. Baum (dalam Sarafino, 2011) mengatakan bahwa individu yang terus menerus memiliki stresor dapat menimbulkan stres yang lebih parah terhadap stresor. Kesulitan dalam berkonsentrasi, mengingat, memecahkan masalah dan mengontrol impuls merupakan refleksi bahwa stres dapat melemahkan kognitif (Sarafino, 2011).

b. Emosi

Emosi cenderung terkait dengan stres. Individu sering menggunakan keadaan emosionalnya untuk mengevaluasi stres. Proses penilaian kognitif dapat memengaruhi stres dan pengalaman emosional. Reaksi emosional terhadap stres yaitu rasa takut, phobia, kecemasan, depresi/perasaan sedih, dan rasa marah.

c. Perilaku Sosial

Stres dapat mengubah perilaku individu terhadap orang lain (Sarafino, 2011). Individu dapat berperilaku menjadi positif maupun negatif. Bencana alam dapat membuat individu berperilaku lebih kooperatif, dalam situasi lain, individu dapat mengembangkan sikap bermusuhan (Sherif & Sherif dalam Sarafino, 2011). Stres yang diikuti dengan rasa marah menyebabkan perilaku sosial yang negatif cenderung meningkat sehingga dapat menimbulkan perilaku agresif.

Berdasarkan teori yang diuraikan diatas maka dapat disimpulkan aspek-aspek stres terdiri dari aspek fisik dan aspek psikologis, aspek-aspek tersebut dijadikan sebagai indikator alat ukur skala stres itu.

5. Ciri-ciri Individu Yang Mengalami Stres

Sarafino (2011) mengatakan bahwa stres merupakan kondisi dari badan yang dipengaruhi oleh keadaan yang sifatnya menekan (stresor). Kemungkinan keadaan ini nyata atau tidak nyata akibat adanya stres maka tubuh akan memobilisasikan sistem reaksi defensif yang disebut *General Adaptation Syndrome* (GAS), yaitu sebagai suatu kejadian yang sifatnya sementara dalam badan yang timbul sebagai reaksi tangkisan pada saat badan terserang stres. Sistem reaksi defensif tubuh yang disebut dengan GAS berlangsung melalui dua tempat yaitu dapat dilihat pada:

- a. Reaksi susunan saraf yang berdasarkan aktifitas pusat-pusat anatomi yang dalam hypothalamus.
- b. Reaksi endokrin yaitu produksi hormone oleh hypothalamus dan glandula adrenalin.

Secara psikis situasi biasanya menghasilkan situasi stres biasanya menghasilkan reaksi emosional yang bertingkat mulai dari pendiam sampai dengan perasaan gelisah, cemas, marah, putus asa dan depresi.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa individu yang mengalami stres akan menunjukkan ciri-ciri sebagai berikut:

- a. Secara fisik, otot-otot terasa tegang dan kaku, denyut jantung semakin kencang, tekanan darah meningkat, pernafasan menjadi tidak teratur, pembesaran ginjal, penyusutan kelenjar *thymus* dan limpa serta muncul pendarahan atau borok pada selaput perut.
- b. Secara psikologis individu yang mengalami stres akan menunjukkan reaksi emosional seperti perasaan cemas selalu ingin marah dan depresi.

Atkinson (2000) mengatakan bahwa individu yang sedang mengalami stres akan menonjolkan reaksi fisik, seperti otot-otot terasa tegang dan kaku, denyut jantung makin kencang, tekanan darah meningkat dan pernafasan menjadi tidak teratur.

Berdasarkan uraian diatas, maka dapat penulis menyimpulkan beberapa ciri dari individu yang mengalami stres, yakni otot-otot terasa tegang dan kaku, denyut jantung makin kencang, tekanan darah meningkat dan pernafasan menjadi tidak teratur.

6. Tanda-tanda Stres

Menurut Nelson (2003), adapun tanda-tanda atau gejala yang dapat menunjukkan ada tidaknya seseorang mengalami stres sebagai berikut:

- a. Perasaan meliputi rasa khawatir, cemas atau gelisah, ketakutan, mudah marah, suka murung, dan merasa tidak mampu menanggulangi masalah.

- b. Pikiran meliputi penghargaan atas dirinya rendah, takut gagal, tidak mampu konsentrasi, mudah bertindak memalukan, cemas akan masa depannya, mudah lupa, emosi tidak stabil.
- c. Perilaku meliputi berbicara gagap atau gugup, sulit bekerja sama, tidak mampu rileks, menangis tanpa alasan yang jelas, bertindak menurut kata hati, mudah terkejut atau kaget.
- d. Fisik meliputi sering kencing, susah tidur, berkeringat, denyut jantung meningkat, gemetar, gelisah, mulut kering dan mudah letih.

7. Jenis-jenis Stres

Quick dan Quick (dalam Sari, 2011) mengkategorikan jenis stres menjadi dua yaitu:

- a. *Eustress*, yaitu dari respon terhadap stres yang bersifat sehat, positif, dan konstruktif (bersifat membangun). Hal tersebut termasuk kesejahteraan individu dan juga organisasi yang diasosiasikan dengan pertumbuhan, fleksibilitas, kemampuan adaptasi, dan tingkat performance yang tinggi.
- b. *Distress*, yaitu hasil dari respon terhadap stres yang bersifat tidak sehat, negatif dan destruktif (bersifat merusak). Hal tersebut termasuk konsekuensi individual juga organisasi seperti penyakit kardiovaskuler dan tingkat ketidakhadiran yang tinggi, yang diasosiasikan sebagai keadaan sakit, penurunan dan kematian.

Berdasarkan uraian-uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa jenis-jenis stres itu terbagi atas eustress, seperti respon terhadap stres yang bersifat sehat, positif, dan konstruktif (bersifat membangun) dan distress, hasil dari respon

terhadap stres yang bersifat tidak sehat, negatif dan destruktif (bersifat merusak).

8. Sumber Stres

Sarafino (2011) membagi 3 jenis sumber-sumber stres (*stressors*) yang dapat terjadi dalam kehidupan individu, antara lain sebagai berikut:

a. Sumber yang berasal dari individu

Ada dua hal yang memicu stres pada individu, yaitu: Pertama penyakit, dimana adanya penyakit menyebabkan tekanan biologis, dan psikososial sehingga dapat menimbulkan stres; Kedua adanya konflik, dalam konflik individu memiliki dua kecenderungan yang berlawanan yaitu menjauh dan mendekat.

b. Sumber yang berasal dari keluarga

Stres dalam keluarga dihasilkan melalui adanya perilaku, kebutuhan-kebutuhan dan kepribadian dari masing-masing anggota keluarga yang berdampak pada anggota keluarga lainnya. Konflik interpersonal ini dapat timbul dari adanya masalah finansial, perilaku yang tidak sesuai, melalui adanya tujuan yang berbeda antar anggota keluarga, bertambahnya anggota keluarga, penyakit yang dialaminya anggota keluarga dan kematian anggota keluarga (Sarafino, 2011).

c. Sumber yang berasal dari komunitas dan lingkungan.

Interaksi dengan subjek diluar lingkungan keluarga bisa mempengaruhi sumber stres pada individu. Contohnya, pengalaman stres pada anak-anak disekolah, pengalaman stres orangtua yang bersumber dari pekerjaannya.

Sedangkan stres yang berasal dari lingkungan yaitu kebisingan, suhu yang terlalu panas, bencana alam (Sarafino, 2011).

Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa sumber stres terbagi menjadi 3 jenis yaitu sumber yang berasal dari individu, sumber yang berasal dari keluarga, dan sumber yang berasal dari komunitas & lingkungan.

C. Identifikasi Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Stres Pada Ibu yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus

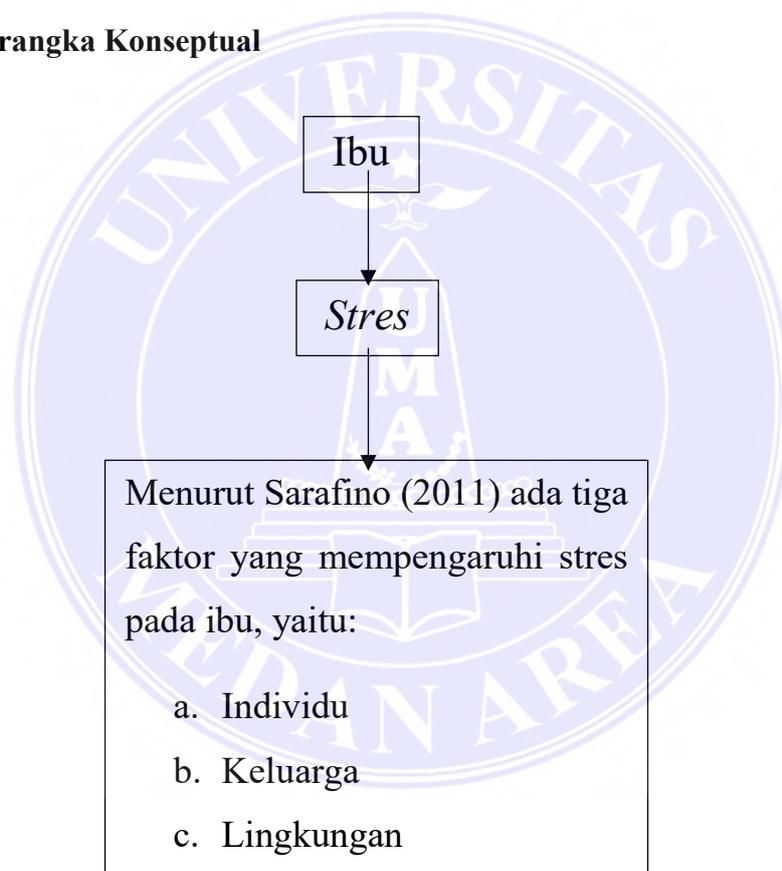
Stres ibu merupakan segala kondisi rumah tangga yang dipersepsikan seorang ibu sebagai suatu tuntutan dan dapat menimbulkan stres dalam berumah tangga Selye (dalam Rice, 2002). Ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus tentu akan merasakan stres, sebab merawat anaknya yang berkebutuhan khusus merupakan tugas utama yang akan menguras pikiran, emosi dan tenaga ibu. Merawat anak berkebutuhan khusus merupakan pekerjaan tambahan bagi ibu sebab anak berkebutuhan khusus jauh berbeda dengan anak normal lainnya. Sementara ibu juga memiliki pekerjaan sebagai ibu rumah tangga dalam rumahnya. Dan kehadiran anak berkebutuhan khusus dalam kehidupan ibu rumah tangga akan menghambat pekerjaan ibu didalam rumah dan menambah beban kerja ibu. Sumber-sumber yang dapat mempengaruhi stres pada ibu adalah individu, keluarga dan komunitas/masyarakat. Stres pada akhirnya akan mengakibatkan timbulnya sikap yang negatif, terutama terhadap kondisi anak yang menjadi penyebab. Bagi para ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus, terdapat dua kutub yang saling bertentangan, yakni kutub yang menerima dan kutub yang menolak. Sikap ibu yang menerima atau positif, ditandai dengan sikap

yang tidak membedakan si anak dengan anak-anak lain yang tumbuh normal, tidak merasa malu dan bahkan memiliki perhatian yang lebih terhadap anak berkebutuhan khusus. Sementara sebagian ibu yang bersikap menolak atau negatif, ditandai dengan menolak keberadaan anak, merasa susah hati dan menjadi kurang perhatian.

Ibu adalah orang pertama dan utama yang menjalin ikatan batin dan emosional dengan anak. Peran ibu dinilai penting, melebihi peranan yang lain dalam membangun kepribadian anak. Ibu mudah mengalami stres dengan menunjukkan perilaku yang lebih tidak terkendali. Sebagai akibat dari stres yang dirasakan karena memiliki anak berkebutuhan khusus ini, maka akan mempengaruhi ibu itu sendiri terhadap anak berkebutuhan khusus.

Dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi stres pada ibu adalah faktor individu, faktor keluarga dan faktor lingkungan (Sarafino, 2011). Hal ini stres yang dirasakan ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus memberikan pengaruh yang berarti terhadap ibu dalam menghadapi anaknya.

D. Kerangka Konseptual





BAB II

METODE PENELITIAN

Dalam suatu penelitian salah satu unsur yang sangat penting adalah metode yang digunakan. Dalam bab ini, akan diuraikan pokok-pokok bahasan sebagai berikut: (A) Tipe Penelitian, (B) Identifikasi Variabel Penelitian, (C) Definisi Operasional Variabel, (D) Subjek Penelitian, (E) Teknik Pengumpulan Data, (F) Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur, (G) Teknik Analisis Data.

A. Tipe Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, maksudnya bahwa dalam menganalisis data dengan menggunakan angka-angka, rumus, atau model matematis berdasarkan permasalahan dan tujuan yang ingin dicapai. Menurut Neuman (dalam Azwar, 2014), prosedur yang biasa digunakan dalam penelitian kuantitatif ada tiga yaitu: eksperimen, survei, dan *content analysis*. Berdasarkan klasifikasi yang dikemukakan Neuman (2003) tersebut, tipe penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian survei karena yang ingin dilakukan adalah melakukan studi identifikasi terhadap suatu masalah.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Adapun variabel penelitian yang digunakan dalam penelitian ini merupakan variabel tunggal, yaitu “faktor-faktor yang mempengaruhi stres pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus di SLB Markus Medan”.

C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Adapun definisi operasional dalam penelitian ini adalah sebagai berikut *Stres* adalah kondisi ketegangan yang berkaitan dengan pengasuhan terkait dengan peran orangtua dan interaksi ibu dengan anak berkebutuhan khusus.

Faktor-faktor yang mempengaruhi *stres* pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus di SLB Markus Medan yaitu faktor individu, faktor keluarga dan faktor lingkungan.

D. Subjek Penelitian

1. Populasi Penelitian

Menurut Sugiyono (2014) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek yang menjadi kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti. Populasi menggambarkan berbagai karakteristik subjek penelitian untuk kemudian menentukan pengambilan sampel. Berdasarkan pemahaman tersebut, maka yang menjadi objek penelitian ini adalah ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus di SLB Markus Medan yang berjumlah 60 orang.

Menurut Arikunto (2006) sampel adalah bagian dari populasi yang diharapkan mampu mewakili populasi dalam penelitian. Dalam penyusunan sampel perlu disusun kerangka sampling yaitu daftar dari semua unsur sampling dalam populasi sampling. Teknik penelitian ini dimaksudkan agar peneliti lebih mudah dalam pengambilan data. Data tersebut diperbolehkan untuk digunakan sebagai refleksi keadaan populasi secara keseluruhan.

2. Teknik Pengambilan Sampel

Adapun teknik pengambilan sampel yang dilakukan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan teknik *total sampling*. Menurut Arikunto (2002) *total sampling* adalah apabila digunakan populasinya berjumlah kecil atau kurang dari 100, sebaiknya digunakan sampel populasi. Artinya semua populasi dijadikan sampel penelitian.

E. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data sangat diperlukan dalam penyusunan sebuah karya ilmiah karena tanpa adanya data, tidak mungkin akan terbentuk sebuah karya ilmiah. Sebuah karya ilmiah memerlukan data-data yang akurat dilapangan untuk meyakini bahwa laporan itu memang benar adanya dan sesuai dengan masalah yang terjadi di lapangan saat ini.

Hadi (2004), menyatakan bahwa skala merupakan teknik pengumpulan data yang terdiri dari daftar-daftar pertanyaan yang diajukan secara tertulis yang harus dijawab atau dikerjakan oleh orang yang menjadi objek penelitian dan diberikan dengan tujuan untuk mengungkapkan kondisi-kondisi dalam diri subjek yang ingin diketahui. Menurut Hadi (2004), alasan digunakannya skala adalah:

1. Subjek adalah orang yang paling tahu mengenai dirinya sendiri.
2. Hal-hal yang sudah dinyatakan oleh subjek kepada peneliti adalah benar dan dapat dipercaya.
3. Interpretasi subjek tentang pernyataan-pernyataan yang diajukan kepada subjek adalah sama dengan yang dimaksud oleh peneliti.

Teknik pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah penyebaran skala tentang stres. Skala yang akan digunakan adalah faktor-faktor yang mempengaruhi stres pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus di SLB Markus Medan yang dikemukakan Sarafino (2011) yaitu faktor individu, keluarga dan lingkungan. Tipe skala yang digunakan adalah tipe skala langsung yang dikerjakan oleh subjek penelitian. Subjek akan memilih salah satu alternatif jawaban yang telah disediakan dan jawaban yang diberikan tersebut adalah berupa informasi tentang diri subjek. Bentuk teknik pengumpulan data disusun oleh peneliti berdasarkan skala *Guttman*.

No.	Pernyataan	Ya	Tidak
1.	Keberadaan anak abk membuat saya sedih.		√

Skala *Guttman* yang hanya menyediakan dua pilihan jawaban, “ya” dan “tidak”, dimana jawaban “ya” diberi skor 1, dan jawaban “tidak” diberi skor 0, karena peneliti membutuhkan jawaban-jawaban yang tegas dari responden guna untuk mempresentasikan jawaban dari responden (Azwar, 2009).

Suatu penelitian yang baik ataupun tidak dapat ditentukan oleh suatu alat ukur. Suatu alat ukur sebelum digunakan dalam suatu penelitian harus memiliki syarat validitas dan reliabilitas sehingga alat tersebut tidak memberikan hasil pengukuran yang tidak baik dari kesimpulan yang akan didapat.

F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

Validitas dan reliabilitas memegang peranan yang sangat penting dalam penelitian. Sebelum alat ukur tersebut dipakai, lebih dahulu harus diukur tingkat validitas setiap butir dan reliabilitas alat ukur. Validitas dan reliabilitas yang

tinggi akan memberikan informasi yang baik mengenai keadaan subjek yang diteliti (Azwar, 2014).

1. Validitas

Uji validitas digunakan untuk mengukur sah atau valid tidaknya suatu kuesioner. Menurut Arikunto (2010) validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan sesuai instrumen. Suatu instrumen yang valid mempunyai validitas tinggi, sebaliknya instrumen yang kurang valid berarti validitas rendah. Teknik yang digunakan untuk mengetahui kesejajaran adalah teknik korelasi *Product Moment* yang dikemukakan oleh *Pearson*.

Menurut Riduwan (2010) rumus korelasi *Product Moment* adalah sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N \sum X^2 - (\sum X)^2\} \cdot \{N \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan:

r_{xy} = Koefisien korelasi antara variabel x dan variabel y, dua variabel yang dikorelasikan.

$\sum x$ = Jumlah skor item

$\sum y$ = Jumlah skor total (seluruh item)

N = Banyaknya data

Apabila r hitung $>$ r tabel dengan $df = n-2$, maka kesimpulannya item kuesioner tersebut valid. Apabila r hitung $<$ r tabel dengan $df = n-2$, maka kesimpulannya item kuesioner tersebut tidak valid.

2. Reliabilitas

Reliabilitas menunjukkan pada suatu pengertian bahwa suatu instrument cukup dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpulan data karena instrument tersebut sudah baik. Reliable artinya dapat dipercaya.

Analisis reliabilitas pada skala stres pada ibu dipakai dengan metode *Alpha Cronbach's* dengan rumus sebagai berikut:

$$r_{11} = \left[\frac{k}{k-1} \right] \left[1 - \frac{\sum \delta b^2}{\sigma^2} \right]$$

Keterangan:

r_{11} = reliabilitas instrumen
 k = banyaknya butir pertanyaan
 $\sum \delta b^2$ = jumlah varian butir
 σ^2 = varian total

G. Teknik Analisis Data

Penelitian ini bersifat deskriptif, karena bertujuan untuk melihat jawaban dari setiap faktor-faktor stres digunakan rumus F% sebagai berikut:

$$\text{Persentasi} = \frac{\text{jumlah jawaban setiap skala}}{\text{total jawaban setiap skor}} \times 100$$

Selanjutnya setelah diketahui persentase setiap faktor dilakukan perhitungan frekuensi untuk melihat jumlah untuk setiap faktor dengan rumus sebagai berikut:

$$\text{Frekuensi} = \frac{\text{persentasi}}{100} \times N$$

Keterangan:

Frekuensi = Jumlah setiap faktor
 Persentase = Jumlah setiap skala
 N = Jumlah setiap skor.

BAB V

PENUTUP

Pada bab ini akan diuraikan simpulan dan saran-saran sehubungan dengan hasil yang diperoleh dari penelitian ini. Pada bagian pertama akan dijabarkan simpulan dari penelitian ini dan pada bagian akhir dikemukakan saran-saran yang mungkin dapat berguna bagi penelitian yang akan datang dengan topik yang sama.

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil-hasil yang telah diperoleh dari penelitian ini, maka disimpulkan hal-hal sebagai berikut:

1. Kontribusi pada faktor individu sebesar 79,3% dimana dari 60 orang yang dianalisis 35 orang termasuk dalam kategori level tinggi sedangkan 25 orang termasuk dalam kategori level sedang.
2. Kontribusi pada faktor keluarga sebesar 77,1% dimana dari 60 orang yang dianalisis 45 orang termasuk dalam kategori level tinggi, 13 orang termasuk dalam kategori sedang, sedangkan sisanya 2 orang termasuk dalam kategori level rendah.
3. Kontribusi pada faktor lingkungan sebesar 71,7% dimana dari 60 orang yang dianalisis 40 orang termasuk dalam kategori level tinggi, 19 orang termasuk dalam kategori sedang, sedangkan sisanya 1 orang termasuk dalam kategori level rendah.

B. Saran

Sejalan dengan kesimpulan yang telah dibuat, maka berikut ini dapat diberikan beberapa saran, antara lain:

1. Saran bagi orangtua

Disarankan kepada orangtua/ibu di SLB Markus Medan, agar dapat lebih memiliki keyakinan akan kemampuan yang ada didalam dirinya menghadapi setiap masalah baik yang datang dari dalam maupun dari luar diri orangtua khususnya ibu. Orangtua/ibu juga harus mampu mengenali setiap permasalahan yang tengah dihadapinya yang akhirnya menjadi sumber dari stres tersebut. Dan ketika merasakan stres akibat dari suatu permasalahan, maka disarankan agar orangtua/ibu sesegera mungkin mencari sumber dari permasalahan tersebut, dan segera menyelesaikannya sehingga dapat mengurangi stres pada ibu yang dapat mengalami gangguan fisik atau psikologis pada anak.

2. Saran bagi pihak sekolah

Mengingat tingginya stres pada ibu, diharapkan pihak sekolah untuk selalu berupaya meningkatkan pelayanan memberikan bimbingan penyuluhan kepada para ibu dari anak yang memiliki kelainan. Hal ini dianggap penting sebab dengan pemahaman yang dimiliki oleh para ibu, maka pelayanan perawatan kepada anak berkebutuhan khusus dapat berjalan dengan lebih baik. Juga disarankan kepada pihak sekolah agar sesekali mengadakan kegiatan seperti seminar tentang stres dan peningkatan motivasi agar selama merawat anak para ibu dapat mengendalikan diri dan memiliki motivasi yang tetap tinggi.

3. Saran bagi peneliti selanjutnya

Menyadari bahwa penelitian ini masih memiliki banyak kekurangan, maka disarankan kepada peneliti selanjutnya yang ingin melanjutkan penelitian ini untuk mengkaji faktor-faktor lain yang berhubungan dengan stres ibu yang memiliki anak ABK, yakni tingkat pendidikan, pengalaman pribadi, pengaruh oranglain yang dianggap penting, kebudayaan, media massa lembaga pendidikan dan keagamaan, dan faktor emosional. Dengan dilakukannya penelitian lanjutan ini diharapkan hasil penelitian menjadi lebih lengkap.



DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Allen, K.A., Bowles, T.V., & Weber, L.L., 2013. *Mothers' and father's stress associated with parenting a child with autism spectrum disorder*. *Autism Insight*. Vol. 5: 1-11.
- Ahern, L.S. 2004. *Psychometric properties of the parenting stress index*. *Journal of Clinical Child Psychology*, No. 29: 615-625.
- Arikunto, S. 2002. *Prosedur Penelitian*. Jakarta. Rineka Cipta.
- Aldwin, C. M. (2007). *Stress, Coping, and Development*. New York: The Guilford Press.
- Atkinson, R.L., dkk. (2000). *Introduction to Psychology (13th Ed)*. Editor: Smith, Carolyn D. Harcourt College Publishers.
- Azwandi. (2005). *Mengenal dan Membantu Penyandang Autis*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2009). *Penyusunan skala psikologi*. Edisi 1. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. 2014. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Sigma Alpha.
- Carter & David. E. (2007). *Logo redesigned: how 200 companies successfully changed their image*. New York: Harper Collins.
- Davis, Naomi O., & Carter, A.S. 2008. *Parenting stress in mothers and fathers off toddlerd with autism spectrum dioders: Association with child characteristic*. *Journal Of Autism Development Disorders*. Vol. 38: 1278-1291.
- Dagun; Save, M. 2002. *Psikologi Keluarga (Peran Ayah dalam Keluarga)*. PT Asdi Mahasatya. Jakarta.
- Deater-Deckard, K. (2004). *Parenting Stress*. United States of America: Nick Hornby.
- Durand, V. M., & Barlow, D. (2006). *Psikologi Abnormal. (Edisi Empat)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Endow, J. (2009). *Outsmarting Explosive Behavior. A Visual System of Support and Intervention for Individuals With ASD*. Shawnee Mission, KS: AAPC Publishing.

- Fath, N. M. D. E. (2015). *Psikologi dan pendidikan anak berkebutuhan khusus (Jilid Kedua)*. Depok: Lembaga Pengembangan Sarana Pengukuran dan Pendidikan Psikologi.
- Gunarsa, Singgih D. 2004. *Bunga Rampai Psikologi Perkembangan: Dari Anak Hingga Usia Lanjut*. Jakarta: BPK.
- Ginanjar, S.A. (2005). *Panduan praktis mendidik anak autis: menjadi orang tua istimewa*. Jakarta: PT. Dian Rakyat.
- Gold L.H., Shuman D.W. 2009. *Evaluating Mental Health Disability In The Workplace: Model, Proses, And Analysis*. Springer. New York.
- Hadi, S dan Pamardiningsih, Y. 2000. Manual SPS (Seri Program Statistik). Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada, Yogyakarta.
- Hadi, S. 2000. *Metodologi Research*. Yogyakarta: Penerbit Fakultas Psikologi UGM.
- Hadi, S. (2002). *Metode Reasearch I*. Yogyakarta: Andi
- Hadi, S. 2004. *Statistik jild 2*. Yogyakarta: Andi
- Hurlock, E, B. (2003). *Psikologi perkembangan suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Hurlock, E. (2007). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Johnston, Cindy. 2003. Factors Associated with Parenting Stress in Mother of Children with Fragile X Syndrome. *Journal of Developmental & Behavioral Pediatrics*. Vol 24, issue 4, pp 267-275.
- Kirk, S. (2009). *Hope for the Autism Spektrum*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Malkani, V. 2004. *Stress & Anger*. Jakarta: PT. Bhuana Ilmu Komputer Kelompok Gramedia.
- Mangunsong, F. (2009). *Psikologi dan Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus Jilid Kesatu*. Jakarta: Lembaga Pengembangan Sarana Pengukuran dan Pendidikan Psikologi (LPSP3).
- Mangunsong, F. (2010). *Psikologi dan pendidikan anak berkebutuhan khusus (Jilid Kedua)*. Depok: Lembaga Pengembangan Sarana Pengukuran dan Pendidikan Psikologi.
- Miranda, D. (2013). Strategi coping dan kelelahan emosional (emotional exhaustion) pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus (Studi kasus di rumah sakit jiwa daerah atma husada Mahakam Samarinda, Kalimantan Timur). *Ejournal Psikologi*, 1(2), 123-135.
- Morgan, P. L. (2006). *Parenting Your Complex Child*. New York: American Management Association.

- Nasir, Abdul & Abdul Muhith. 2011. *Dasar-Dasar Keperawatan Jiwa*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nevid, J.S., Rathus, S.A., & Greene, B. 2003. *Psikologi Abnormal Edisi ke Lima Jilid 2*. Erlangga, Jakarta.
- Notosoedirdjo, M., & Latipun. (2005). *Kesehatan Mental*. Malang: UMM Malang.
- Osborne, L. A., McHugh, L., Saunders, J., & Reed, P. (2007). *Parenting stress reduces the effectiveness of early teaching interventions for autistic spectrum disorders*. *J Autism Dev Disord*, 38, 1092-1103.
- Papalia, Diana E., Fieldman, Ruth Duskin. (2015). *Experience Human Development: Menyelami Perkembangan Manusia (12th edition)*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Phetrasuwan, Supapak & Miles, Margaret Shandor. (2009). Parenting Stress in Mother of Children with Autism Spectrum Disorders. *J for Specialists in Pediatric Nursing*. Vol. 14 No. 3, Juli 2009
- Pusponegoro, H. D & Purboyo, Solek. (2007). *Apakah Anak Kita Autis?*. Bandung: Trikarsa Multi Media.
- Rahmita. (2011). *Orangtua dengan anak berkebutuhan khusus*. Direktorat Pembinaan Pendidikan Anak Usia Dini. Kementerian Pendidikan Nasional.
- Rice, 2002. *Self-Efficacy, Stres, and Academic Success in College*. *Research in Higher Education*. 46. 6. 677-706.
- Riduwan. (2010). *Belajar Mudah Penelitian untuk Guru, Karyawan, dan Peneliti Pemula*. Bandung: Alfabeta.
- Sari, 2010. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Sarafino, E.P. (2011). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions (7th ed)*. USA: John Wiley & Son.
- Safaria, T. (2005). *Autisme pemahaman baru untuk hidup bermakna bagi orangtua*. Yogyakarta: Penerbit Graha Ilmu.
- Santrock, J. W. 2002. *Perkembangan Masa Hidup*. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, J.W., (2003). *Adolescence: Perkembangan Remaja (6th ed)* Jakarta: Erlangga.
- Syofian, Siregar. (2013). *Statistik Parametrik untuk Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Susanandari, D. A. (2009). *Gambaran penyesuaian diri ibu dan perkembangan kemampuan anak tunaganda-netra*. Depok: Fakultas Psikologi UI.
- Sugiyono. (2014). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Penerbit Alfabeta.

- Sugiharto, Siagian, Dergibson., Sunaryanto, Lasmono Tri., & Oetomo, Denny S. (2001). *Teknik Sampling*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Supratik, A. (2015). *Metodologi penelitian kuantitatif & kualitatif dalam psikologi*. Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma.
- Tobing, L.E. (2004). *Stress, Coping, and Psychological Distress of Mother of Children with Pervasive Development Disorder*. Unpublished Doctoral Dissertation: Fordham University.
- Veskarisyanti, G.A., 2008. *12 Terapi Autis Paling Efektif & Hemat: untuk Autis, Hiperaktif, dan Retardasi Mental*. Yogyakarta: Pustaka Angrek.
- Vidyasagar, N., & Koshy, S. 2010. *Stress and coping in mothers of autistic children*. Journal of the Indian Academy of Applied Psychology. Vol. 36(2), Juli: 245-248.
- Wenar, C & Kerig, P.K. (2000). *Developmental Psychopathology: From infancy through adolescence (4th ed)*. New York: Mc-Graw Hill.
- William, C & Wright, B. (2004). *How to live with Autism and Asperger Syndrome*. Jakarta: Dian Rakyat.
- Winarsih, Sri. 2013. *Panduan penanganan anak berkebutuhan khusus bagi pendamping (orangtua, keluarga, dan masyarakat)*. Jakarta: Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia.
- Yatim, F. 2002. *Autisme: Suatu Gangguan Jiwa Pada Anak-anak (edisi pertama)*. Jakarta: Pustaka Populer Obor.
- Yuwono, J. 2012. *Memahami anak autis (kajian teoritik dan empiric)*. Bandung: CV Alfabeta.
- Zulfitri, N. M. (2013). Studi deskriptif: Nilai anak bagi orangtua yang memiliki anak tunggal. *Jurnal Ilmiah*, 2(2), 1-22.



LAMPIRAN A SKALA STRES

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 9/3/21

Access From (repository.uma.ac.id)9/3/21

LAMPIRAN BLUEPRINT

Skala Faktor Stres Ibu Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus

Variabel	Faktor Stres	Indikator	Aitem	
			Favorable	Unfavorable
Stres Ibu	Individu	Emosi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Serewel anak saya yang abk saya tetap sabar. 2. Saya tetap berusaha sabar pada anak saya yang abk. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Saya selalu membiarkan anak saya yang sedang menangis. 2. Saya mudah sekali marah tanpa tau sebab yang pasti.
		Mental	<ol style="list-style-type: none"> 1. Saya tetap tegar dengan kondisi anak saya yang abk. 2. Saya tetap kuat menjalani hidup sekalipun terus merawat anak saya yang abk. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Keberadaan anak abk membuat saya sedih. 2. Walaupun memiliki anak abk saya kurang menikmati kehidupan.
	Keluarga	Pasangan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Saya dan suami saya bekerjasama dalam mengurus anak abk. 2. Suami menguatkan saya dalam mengasuh anak abk. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Suami tidak mau berbagi tugas dengan saya dalam mengurus anak abk. 2. Suami saya cuek pada saya setelah mengasuh anak abk.
		Orangtua	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ibu dan ayah saya membantu merawat anak abk saya. 2. Mertua memberikan saran cara mengasuh anak abk. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kedua orangtua saya tidak pernah membantu saya dalam merawat anak abk. 2. Mertua meremehkan kemampuan saya dalam mengasuh anak abk.
	Lingkungan	Tetangga	<ol style="list-style-type: none"> 1. Orang-orang disekitar saya sering membantu saya dalam mengasuh anak abk. 2. Tetangga saya kadang membantu membujuk anak saya yang sedang menangis. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Saya merasa orang-orang disekitar tidak mau menjaga anak saya, ketika saya sedang ada acara mendadak. 2. Saya sedih, orang-orang membiarkan anak saya rewel dijalan.
		Teman	<ol style="list-style-type: none"> 1. Teman-teman memberikan informasi lengkap tentang pengasuhan anak abk. 2. Teman-teman kadang menyediakan waktu untuk mendengarkan keluh kesah saya. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Saya merasa kecewa dengan informasi dari teman-teman saya. 2. Teman-teman saya tidak mau mendengarkan keluh kesah saya.

DATA IDENTITAS DIRI

Istilah data-data berikut ini sesuai dengan keadaan diri ibu-ibu:

Nama/Inisial :
Usia :
Jumlah Anak :
Tingkat Pendidikan :
Status Pekerjaan : Bekerja/Tidak Bekerja (Ibu Rumah Tangga)

PETUNJUK PENGISIAN SKALA

Berikut ini saya sajikan beberapa pernyataan-pernyataan. Ibu-ibu diminta untuk memberikan pendapatnya terhadap pernyataan-pernyataan yang terdapat dalam skala skor tersebut dengan cara memilih:

Ya : Bila SESUAI dengan diri anda.
Tidak : Bila TIDAK SESUAI dengan diri anda

Ibu hanya diperbolehkan memilih satu pilihan jawaban pada setiap pernyataan dengan cara memberikan “CEKLIS” (✓) pada lembar jawaban yang tersedia sesuai dengan pilihan masing-masing.

No.	URAIAN PERNYATAAN	Pilihan Jawaban	
		Ya	Tidak
1.	Serewel anak saya yang abk saya tetap sabar.		
2.	Saya tetap tegar dengan kondisi anak saya yang abk.		
3.	Saya dan suami saya bekerjasama dalam mengurus anak abk.		
4.	Ibu dan ayah saya membantu merawat anak abk saya.		
5.	Orang-orang disekitar saya sering membantu saya dalam mengasuh anak abk.		
6.	Teman-teman memberikan informasi lengkap tentang pengasuhan anak abk.		
7.	Saya selalu membiarkan anak saya yang sedang menangis.		
8.	Keberadaan anak abk membuat saya sedih.		
9.	Suami tidak mau berbagi tugas dengan saya dalam mengurus anak abk.		
10.	Kedua orangtua saya tidak pernah membantu saya dalam merawat anak abk.		
11.	Saya merasa orang-orang disekitar tidak mau menjaga anak saya, ketika saya sedang ada acara mendadak.		
12.	Saya merasa kecewa dengan informasi dari teman-teman saya.		
13.	Saya tetap berusaha sabar pada anak saya yang abk.		
14.	Saya tetap kuat menjalani hidup sekalipun terus merawat anak saya yang abk.		
15.	Suami menguatkan saya dalam mengasuh anak abk.		
16.	Mertua memberikan saran cara mengasuh anak abk.		
17.	Tetangga saya kadang membantu membujuk anak saya yang sedang menangis.		
18.	Teman-teman kadang menyediakan waktu untuk mendengarkan keluh kesah saya.		
19.	Saya mudah sekali marah tanpa tau sebab yang pasti.		
20.	Walaupun memiliki anak abk saya kurang menikmati kehidupan.		
21.	Suami saya cuek pada saya setelah mengasuh anak abk.		
22.	Mertua meremehkan kemampuan saya dalam mengasuh anak abk.		
23.	Saya sedih, orang-orang membiarkan anak saya rewel di jalan.		
24.	Teman-teman saya tidak mau mendengarkan keluh kesah saya.		



LAMPIRAN B

DATA PENELITIAN SEBELUM UJI COBA

STRES

Subjek	Skor Item																								Total
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	
Erna	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	20
Paridah	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	21
Susi	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	21
Nani	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	13
Tuti	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	22
Indah	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	20
Nazmi	0	1	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	0	0	11
T	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	10
Nurasyah Lbs	0	1	0	1	1	1	0	0	0	0	1	0	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	9
M	1	1	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	10
Dami	1	1	1	0	1	1	0	1	0	0	0	0	1	1	1	0	1	1	0	0	0	0	1	0	12
Zahra	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	1	1	0	0	0	0	1	12
Putri	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	0	0	16
Damayanti	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	19
Asmiati	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	15
Ariani	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	1	1	0	1	1	1	17
Wati	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	22
Cika	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	21
Lani Puspita	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	21
Nur Beti	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	21
Juliana	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	22
S. Manurung	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	20
Ainun	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	21
Silvia	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	22
Erna	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	20
Donita	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	15
Dwi Handa	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	19
Mayang Sari	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	21
Nur Aini	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	20
Sari Ginting	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	21
Ita Ratih	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	19
Nur Dewi	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	19
Elisa	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	20
Pojiya	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	18
Anita	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	19
Mira Kesuma	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	19
Mayanti	0	1	1	1	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	17
Dini Jannah	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	19
Sinta	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	18
Evi	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	20
Eli	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	18
Endang	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	18
Khairani	0	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	14
Santi	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	19
Mardatilla	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	20
Yanti	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	19
Lina	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	17
Puspa	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	0	0	1	1	18
Asiyah	0	1	0	1	1	1	0	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	12
Nurbeti Sinaga	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	16
Patimah	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	20
Nur Idah	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	19
Dasmariahni Purba	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	18
Jubaidah	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	18
Citra Wina	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	21
Elsa Gabe	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	20
Sulastri	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	18
Rizka Anida	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	18
Yolanda Dwi Suci	0	1	0	1	1	1	0	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	15
Melani	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	19



LAMPIRAN C
DATA PENELITIAN
SETELAH UJI COBA

Subjek	Skor Item																							Total
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	
Ema	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	20
Paridah	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	19
Susi	1	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	10
Nani	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	21
Tuti	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	8
Indah	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	23
Nazmi	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	22
T	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	6
Nurasyah Lbs	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	23
M	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	20
Darni	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	1	7
Zahra	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	23
Putri	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	16
Damayanti	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15
Asmiati	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	23
Ariani	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	14
Wati	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15
Cika	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	23
Lani Puspita	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	20
Nur Beti	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	10
Juliana	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	23
S. Manurung	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	13
Ainun	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	14
Silvia	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	22
Erna	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	19
Donita	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	10
Dwi Handa	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	19
Mayang Sari	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	20
Nur Aini	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	8
Sari Ginting	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	23
Ita Ratih	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	23
Nur Dewi	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	20
Elisa	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	1	7
Pojiya	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	23
Anita	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	16
Mira Kesuma	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15
Mayanti	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	23
Dini Jannah	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	14
Sinta	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15
Evi	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	23
Eli	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	20
Endang	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	10
Khairani	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	23
Santi	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	13
Mardatilla	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	14
Yanti	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	22
Lina	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	19
Puspa	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	10
Asiyah	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	19
Nurbeti Sinaga	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	20
Patimah	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	8
Nur Idah	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	23
Dasmariahni Purba	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	23
Jubaidah	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	0	19
Citra Wina	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	20
Elsa Gabe	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	8
Sulastri	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	23
Rizka Anida	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	23
Yolanda Dwi Suci	0	1	0	1	1	1	0	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	14
Melani	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	18

Data Stres																										
Subjek	Aitem																									
	Faktor Individu							Jlh	Faktor Keluarga						Jlh	Faktor Lingkungan						Jlh				
	1	2	7	8	13	14	20		3	4	9	10	15	16		21	22	5	6	11	12		17	18	23	24
1	1	1	1	1	1	1	0	6	1	0	1	1	1	1	1	1	7	1	1	1	0	1	1	1	1	7
2	1	1	1	1	1	1	1	7	1	1	1	1	1	1	1	1	8	1	1	0	0	1	1	1	1	6
3	1	1	1	1	1	1	1	7	1	1	0	0	1	1	1	1	6	1	1	1	0	1	1	1	1	7
4	1	1	1	0	1	1	0	5	1	1	0	0	1	1	0	0	4	1	1	0	0	1	1	0	0	4
5	1	1	1	1	1	1	1	7	1	0	1	1	1	1	1	1	7	1	1	1	1	0	1	1	1	7
6	1	1	0	1	1	1	1	6	1	1	1	1	1	1	1	1	8	1	1	1	0	1	1	1	0	6
7	0	1	0	1	1	1	0	4	1	1	0	0	1	1	0	0	4	0	1	0	0	0	1	0	0	2
8	1	1	0	0	1	1	0	4	1	1	0	0	1	0	0	0	3	1	1	0	0	0	1	0	0	3
9	0	1	0	0	1	1	0	3	0	1	0	0	1	0	0	0	2	1	1	1	0	0	1	0	0	4
10	1	1	0	0	1	1	0	4	1	0	0	1	1	0	0	0	3	0	1	0	0	1	1	0	0	3
11	1	1	0	1	1	1	0	5	1	0	0	0	1	0	0	0	2	1	1	0	0	1	1	1	0	5
12	1	1	0	0	1	1	0	4	1	1	0	0	1	0	0	0	3	1	1	0	0	1	1	1	0	5
13	1	1	0	1	0	0	1	4	1	1	1	1	0	0	0	1	6	1	1	1	1	0	1	1	0	5
14	1	1	1	1	1	1	0	6	1	0	0	1	1	1	1	1	6	1	1	1	1	1	1	1	0	7
15	1	1	0	0	1	1	0	4	1	1	0	0	1	1	1	1	6	1	1	0	0	1	1	1	0	5
16	1	1	0	1	1	1	1	6	1	1	1	1	1	0	0	1	6	1	0	1	0	0	0	1	1	4
17	1	1	0	1	1	1	1	6	1	1	1	1	1	1	1	1	8	1	1	1	1	1	1	1	0	7
18	0	1	1	1	1	1	1	6	1	1	1	1	1	1	1	1	8	1	1	1	0	0	1	1	1	6
19	1	1	1	1	1	1	1	7	1	1	1	1	1	1	1	1	8	1	1	0	0	1	1	1	1	6
20	1	1	0	1	1	1	1	6	1	1	1	1	1	1	1	1	8	1	1	1	0	1	1	1	1	7
21	1	1	1	1	1	1	1	7	1	1	0	1	1	1	1	1	7	1	1	1	1	1	1	1	1	8
22	0	1	0	1	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	1	1	8	1	1	1	0	1	0	1	1	6
23	1	1	0	1	1	1	1	6	1	1	1	1	1	1	1	1	8	1	1	1	0	1	1	1	0	6
24	1	1	1	1	1	1	0	6	1	1	1	1	1	1	1	1	8	1	1	1	1	1	0	1	1	7
25	1	1	1	1	1	1	1	7	1	1	0	0	1	1	1	1	6	1	1	0	0	1	1	1	1	6
26	1	1	0	0	1	1	0	4	1	1	0	0	1	1	0	0	5	1	1	0	0	1	1	1	0	5
27	1	1	0	1	1	1	0	5	1	1	0	0	1	1	1	1	6	1	1	1	1	1	1	1	0	7
28	1	1	0	1	1	1	1	6	1	1	1	1	1	1	1	1	8	1	1	1	1	1	1	1	0	7
29	1	1	0	1	1	1	1	6	1	1	1	0	1	1	1	1	7	1	1	0	0	1	1	1	1	6
30	1	1	0	1	1	1	1	6	1	1	1	1	1	1	1	1	8	1	1	1	0	1	1	1	1	7
31	1	1	1	0	1	1	0	5	1	1	1	1	1	1	1	1	8	1	1	0	0	1	1	1	0	5
32	1	1	0	1	1	1	1	6	1	1	1	0	1	1	1	1	7	1	1	0	0	1	1	1	1	6
33	1	1	0	1	1	1	1	6	1	1	1	1	1	1	1	1	8	1	1	0	0	1	0	1	1	5
34	1	1	0	0	1	1	1	5	1	1	1	0	1	1	1	1	7	1	1	0	0	1	1	1	1	6
35	1	1	0	0	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	1	1	8	1	1	1	0	1	1	1	0	6
36	1	1	0	1	1	1	1	6	1	1	0	0	1	1	1	0	5	1	1	1	1	1	0	1	1	7
37	0	1	0	1	1	1	1	5	1	1	0	0	1	1	1	1	6	0	1	1	1	0	1	1	0	5
38	0	0	1	1	1	1	1	5	1	1	0	1	1	1	1	1	7	1	1	1	0	1	1	1	1	7
39	1	1	0	1	1	1	1	6	1	0	1	0	1	1	1	1	6	1	1	1	0	1	1	1	0	6
40	0	1	1	1	1	1	1	6	1	1	1	0	1	1	1	1	7	1	1	1	0	1	1	1	0	6
41	1	1	0	1	1	1	1	6	1	1	1	1	1	1	1	1	8	1	1	0	0	1	1	0	0	4
42	0	0	1	1	1	1	1	5	0	0	1	1	1	1	1	1	6	0	0	1	1	1	1	1	1	6
43	0	0	1	1	1	1	0	4	1	1	0	0	1	1	0	0	4	1	1	0	0	1	0	1	1	5
44	1	1	1	0	1	1	1	6	1	1	0	0	1	1	1	1	6	1	1	1	0	1	1	1	0	6
45	1	1	1	1	1	1	1	7	1	1	0	1	1	1	1	1	7	1	1	1	0	1	1	1	0	6
46	1	1	1	0	1	1	1	6	1	1	1	1	1	1	1	1	8	1	1	0	0	1	1	1	0	5
47	1	1	1	0	1	1	0	5	1	1	0	0	1	1	1	1	6	1	1	1	0	1	1	1	0	6
48	1	1	0	1	1	1	0	5	1	1	1	1	1	1	0	0	6	1	1	1	0	0	1	1	1	6
49	0	1	0	1	1	1	0	4	0	1	0	0	1	1	0	0	3	1	1	1	0	1	1	0	0	5
50	1	1	0	1	1	1	0	5	1	1	0	0	1	1	0	1	5	1	1	0	0	1	1	1	0	5
51	1	1	1	1	1	1	1	7	1	1	0	0	1	1	1	1	6	1	1	1	0	1	1	1	0	6
52	1	1	1	1	1	1	0	6	1	1	1	0	1	1	1	1	7	1	1	1	1	1	1	0	0	6
53	1	1	1	1	1	1	0	6	1	1	0	0	1	1	1	1	6	1	1	1	0	1	1	1	0	6
54	1	1	0	1	1	1	1	6	1	1	0	0	1	1	0	1	5	1	1	1	0	1	1	1	0	6
55	1	1	1	1	1	1	1	7	1	1	0	1	1	1	1	1	7	1	1	1	0	1	1	1	0	6
56	1	1	1	0	1	1	1	6	1	1	0	1	1	1	1	1	7	1	1	1	1	1	0	0	1	6
57	1	1	0	1	1	1	1	6	1	1	0	0	1	1	1	1	6	1	1	1	0	1	1	0	0	5
58	1	1	0	1	1	1	0	5	0	0	1	1	1	1	1	1	6	1	1	1	0	1	1	1	0	6
59	0	1	0	1	1	1	1	5	0	1	0	0	1	1	0	0	3	1	1	1	0	1	1	1	0	6
60	1	1	0	1	1	1	1	6	1	1	0	0	1	1	1	0	5	1	1	1	1	1	0	1	1	7
N								333							370							344				



LAMPIRAN D
UJI VALIDITAS
DAN
RELIABILITAS

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 9/3/21

Access From (repository.uma.ac.id)9/3/21

Reliability

Scale: Stres

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	60	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	60	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,891	24

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
aitem_1	,82	,390	60
aitem_2	,77	,427	60
aitem_3	,82	,390	60
aitem_4	,73	,446	60
aitem_5	,75	,437	60
aitem_6	,77	,427	60
aitem_7	,72	,454	60
aitem_8	,77	,427	60
aitem_9	,72	,454	60
aitem_10	,73	,446	60
aitem_11	,72	,454	60
aitem_12	,68	,469	60
aitem_13	,87	,343	60
aitem_14	,83	,376	60
aitem_15	,80	,403	60
aitem_16	,72	,454	60
aitem_17	,73	,446	60
aitem_18	,67	,475	60
aitem_19	,65	,481	60
aitem_20	,67	,475	60
aitem_21	,75	,437	60
aitem_22	,78	,415	60
aitem_23	,78	,415	60
aitem_24	,70	,462	60

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
aitem_1	17,12	28,613	,546	,885
aitem_2	17,17	28,989	,408	,888
aitem_3	17,12	29,257	,388	,889
aitem_4	17,20	28,807	,426	,888
aitem_5	17,18	27,678	,692	,881
aitem_6	17,17	28,073	,617	,883
aitem_7	17,22	28,105	,568	,884
aitem_8	17,17	28,073	,617	,883
aitem_9	17,22	28,105	,568	,884
aitem_10	17,20	28,366	,522	,886
aitem_11	17,22	28,715	,436	,888
aitem_12	17,25	27,886	,594	,884
aitem_13	17,07	29,216	,462	,887
aitem_14	17,10	29,244	,409	,888
aitem_15	17,13	28,456	,564	,885
aitem_16	17,22	29,156	,343	,890
aitem_17	17,20	29,349	,310	,891
aitem_18	17,27	29,216	,312	,891
aitem_19	17,28	29,562	,239	,893
aitem_20	17,27	28,979	,360	,890
aitem_21	17,18	27,779	,668	,882
aitem_22	17,15	28,197	,607	,884
aitem_23	17,15	28,604	,511	,886
aitem_24	17,23	29,131	,341	,890

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
17,93	31,046	5,572	24



LAMPIRAN E
UJI ASUMSI
NORMALITAS

NPar Tests

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Stres
N		60
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	17,28
	Std. Deviation	5,437
	Absolute	,191
Most Extreme Differences	Positive	,147
	Negative	-,191
Kolmogorov-Smirnov Z		1,076
Asymp. Sig. (2-tailed)		,083

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Stres	60	17,28	5,437	6	23



LAMPIRAN F
UJI ANALISIS FAKTORIAL

Factor Analysis

Notes

Output Created		06-AUG-2020 01:05:47
Comments		
	Active Dataset	DataSet2
	Filter	<none>
Input	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	60
Missing Value Handling	Definition of Missing	MISSING=EXCLUDE: User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	LISTWISE: Statistics are based on cases with no missing values for any variable used.
Syntax		FACTOR /VARIABLES f1 f2 f3 /MISSING LISTWISE /ANALYSIS f1 f2 f3 /PRINT INITIAL SIG KMO EXTRACTION /CRITERIA MINEIGEN(1) ITERATE(25) /EXTRACTION PC /ROTATION NOROTATE /METHOD=CORRELATION.
	Processor Time	00:00:00,02
	Elapsed Time	00:00:00,05
Resources	Maximum Memory Required	1860 (1,816K) bytes

KMO and Bartlett's Test

Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy.		,699
	Approx. Chi-Square	55,229
Bartlett's Test of Sphericity	df	3
	Sig.	,000

Correlation Matrix

		Individu	Keluarga	Lingkungan
Sig. (1-tailed)	Individu		,000	,000
	Keluarga	,000		,000
	Lingkungan	,000	,000	

Communalities

	Initial	Extraction
Individu	1,000	,767
Keluarga	1,000	,703
Lingkungan	1,000	,679

Extraction Method: Principal Component Analysis.

Total Variance Explained

Component	Initial Eigenvalues			Extraction Sums of Squared Loadings	
	Total	% of Variance	Cumulative %	Total	% of Variance
1	2,148	71,606	71,606	2,148	71,606
2	,491	16,368	87,974		
3	,361	12,026	100,000		

Total Variance Explained

Component	Extraction Sums of Squared Loadings
	Cumulative %
1	71,606
2	
3	

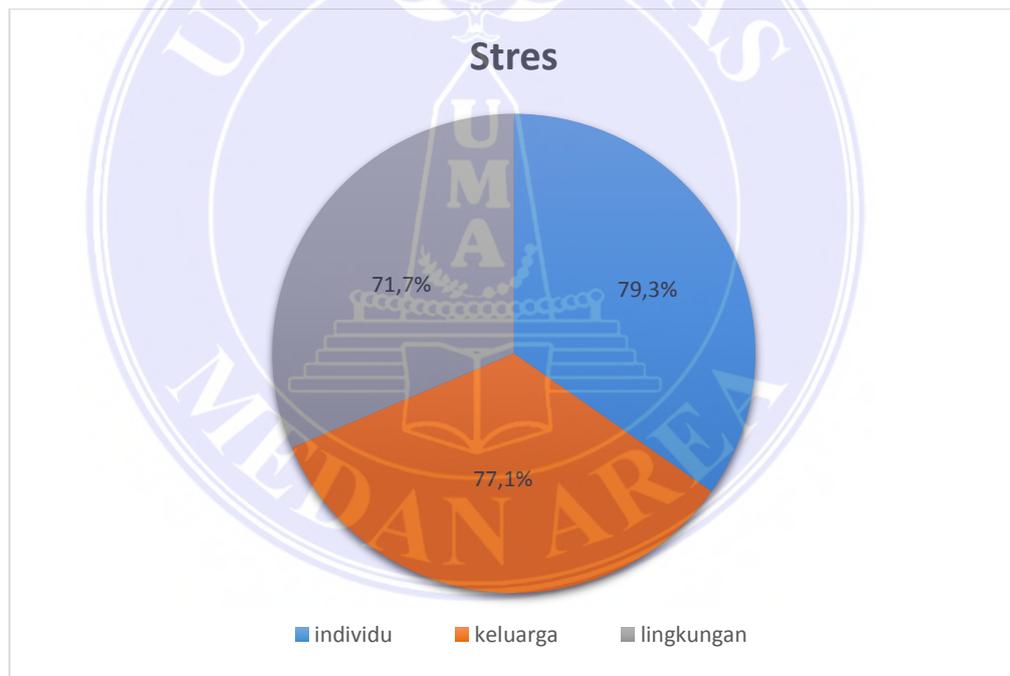
Extraction Method: Principal Component Analysis.

Component Matrix^a

	Component
	1
Individu	,876
Keluarga	,838
Lingkungan	,824

Extraction Method: Principal Component Analysis.^a

a. 1 components extracted.





LAMPIRAN G
UJI FREQUENSI TABEL

Frequencies

Notes

Output Created	17-AUG-2020 15:05:33	
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet0
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
Missing Value Handling	N of Rows in Working Data File	60
	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
Syntax	Cases Used	Statistics are based on all cases with valid data.
		FREQUENCIES VARIABLES=f1 f2 f3
		/STATISTICS=STDDEV MINIMUM MAXIMUM MEAN SUM
Resources		/PIECHART FREQ
		/ORDER=ANALYSIS.
	Processor Time	00:00:01,40
	Elapsed Time	00:00:01,64

Frequency Table

Individu

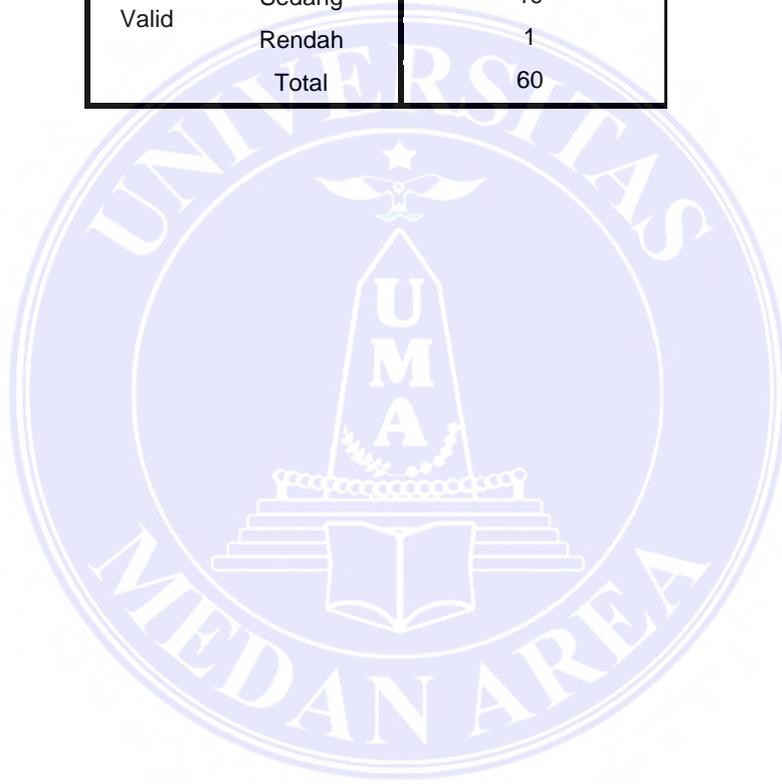
		Frequency
Valid	Tinggi	35
	Sedang	25
	Total	60

Keluarga

	Frequency
Valid Tinggi	45
Sedang	13
Rendah	2
Total	60

Lingkungan

	Frequency
Valid Tinggi	40
Sedang	19
Rendah	1
Total	60





LAMPIRAN H
SURAT KETERANGAN BUKTI
PENELITIAN

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 9/3/21

Access From (repository.uma.ac.id)9/3/21



UNIVERSITAS MEDAN AREA

FAKULTAS PSIKOLOGI

Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360169, 7366876, 7364348 ☎ (061) 7368012 Medan 20223
Kampus II : Jalan Setiabudi Nomor 79 / Jalan Sei Cerayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 ☎ (061) 8225331 Medan 20122
Website: www.uma.ac.id E-Mail: univ_medanarea@uma.ac.id

Nomor : 006/FPSI/01.10/VII/2020
Lampiran : -
Hal : Pengambilan Data

Medan, 17 Juli 2020

Yth. Kepala SLB/BC Markus Medan
Di
Tempat

Dengan hormat, bersama ini kami mohon kepedulian Bapak/Ibu untuk memberikan izin dan kesempatan kepada mahasiswa kami:

Nama : Siti Resti Tri Ramadhani
NPM : 168600163
Program Studi : Ilmu Psikologi
Fakultas : Psikologi

Untuk melaksanakan pengambilan data di **SLB/BC Markus Medan, Jl. Pembangunan No. 4 Helvetia Tim, Kec. Medan Helvetia, Kota Medan, Sumut 20124** guna penyusunan skripsi yang berjudul **"Studi Identifikasi Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Stres Pada Ibu Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus"**.

Perlu kami informasikan bahwa penelitian dimaksud adalah semata-mata untuk tulisan ilmiah dan penyusunan skripsi, yang merupakan salah satu syarat bagi mahasiswa tersebut untuk mengikuti ujian Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon kiranya Bapak/Ibu dapat memberikan kemudahan dalam pengambilan data yang diperlukan dan Surat Keterangan yang menyatakan bahwa mahasiswa tersebut telah selesai melaksanakan pengambilan data di Sekolah yang Bapak/Ibu pimpin.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik diucapkan terima kasih..

Wakil Dekan Bidang Akademik,

Elni Alfita, S.Psi, MM, M.Psi, Psikolog

Tembusan

