

## HUBUNGAN ANTARA *HARDINESS* DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP STRES PENGASUHAN PADA IBU YANG MEMILIKI ANAK TUNAGRAHITA

Rani Amelia Olianda<sup>1</sup>, Gumi Langerya Rizal<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Universitas Negeri Padang

Email : [raniamelia241097@gmail.com](mailto:raniamelia241097@gmail.com)

### Abstract

*The Relationship Between Hardiness And Social Support On Parenting Stress In Mothers Who Have Mentally Retarded Children. This study aims to determine the relationship between hardiness and social support on parenting stress in mothers with mentally retarded children. The sampling method in this study used purposive sampling, the subjects in this study were 28 mothers who had children with mental retardation. The measuring instruments used are the hardiness scale, social support scale, and parenting stress scale. The data analysis technique used is regression analysis. The results showed that there was a relationship between hardiness and social support on parenting stress. The hardiness variable gave a greater contribution to parenting stress than the social support variable. The implications of this study are expected to be mothers with mentally retarded children can increase the hardiness in him and constantly seek social support from those closest to mitigate the effects of parenting stress.*

**Keywords :** *Hardiness, Mentally Retarded, Social Support, Parenting Stress*

### Abstrak

Hubungan antara *Hardiness* dan Dukungan Sosial terhadap Stres Pengasuhan pada Ibu yang memiliki Anak Tunagrahita. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *hardiness* dan dukungan sosial terhadap stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak tunagrahita. Metode pengambilan sampel dalam penelitian menggunakan *purposive sampling*, subjek dalam penelitian ini adalah 28 ibu yang memiliki anak tunagrahita. Alat ukur yang digunakan yaitu skala *hardiness*, skala dukungan sosial, dan skala stres pengasuhan. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis regresi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *hardiness* dan dukungan sosial terhadap stres pengasuhan. Variabel *hardiness* memberikan sumbangan lebih besar terhadap stres pengasuhan dibandingkan dengan variabel dukungan sosial. Implikasi dari penelitian ini diharapkan agar ibu yang memiliki anak tunagrahita dapat meningkatkan *hardiness* dalam dirinya dan senantiasa mencari dukungan sosial dari orang-orang terdekat untuk mengurangi efek dari stres pengasuhan.

**Kata Kunci :** Dukungan Sosial, *Hardiness*, Stres Pengasuhan, Tunagrahita.

## PENDAHULUAN

Anak merupakan harapan semua orang tua terutama pasangan suami istri yang baru menikah (Auliya & Darmawanti, 2014). Hadirnya anak normal baik secara fisik maupun psikis merupakan impian semua orang tua, namun kenyataannya tidak semua orang tua dikaruniai anak yang normal sesuai dengan harapan mereka (Mawardah,

Siswati, & Hidayati, 2012). Ibu berkemungkinan melahirkan anak berkebutuhan khusus, salah satunya ialah anak tunagrahita (Nirmala, 2013). Tunagrahita adalah suatu keadaan dimana terhenti atau tidak lengkapnya perkembangan jiwa yang ditandai dengan ketidakmampuan dalam melakukan aktivitas selama masa perkembangan, yang berpengaruh terhadap tingkat kecerdasan seperti kemampuan kognitif, bahasa, motorik, dan sosial (Maslin, 2013).

Organisasi WHO memprediksi total dari 7-10% populasi anak penyandang disabilitas, 3% diantaranya adalah penyandang tunagrahita. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik Nasional tahun 2007 terdapat 8,3 juta jiwa anak atau 10% dari total populasi anak di Indonesia merupakan penyandang disabilitas. Berdasarkan Pendataan Program Perlindungan Sosial (PPLS) tahun 2011, terdapat 30.460 anak penyandang tunagrahita (Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI, 2014). Sedangkan berdasarkan data dari Badan Pendidikan dan Penelitian Kesejahteraan Sosial (2012), dari total 2.126.000 anak penyandang disabilitas di Indonesia 290.837 anak atau 13,68% adalah penyandang tunagrahita.

Keterbatasan yang dimiliki anak tunagrahita menyebabkan anak selalu bergantung dengan orang tua terutama ibu yang berperan sebagai perawat utama bagi anak-anaknya (Purnomo & Kristiana, 2016). Hal ini akan menyebabkan terjadinya peningkatan kelelahan dan beban dalam proses pengasuhan yang mengakibatkan ibu rentan terhadap stres (Maysa & Khairiyah, 2019). Pernyataan sama dengan hasil penelitian Shin (2006) yang menjelaskan bahwa ibu dalam proses pengasuhan lebih rentan terhadap stres dibandingkan dengan ayah.

Stres yang dialami ibu dikarenakan perbedaan karakteristik anak, yang merupakan suatu kenyataan yang tidak bisa diubah oleh ibu (Purnomo & Kristiana, 2016). Salah satu karakteristik anak tunagrahita yaitu, ketidakmampuan dalam fungsi adaptif seperti kemampuan untuk melakukan aktifitas sehari-hari sendiri (makan, menggunakan pakaian, ke kamar mandi), serta keterbatasan dalam perkembangan keterampilan sosial (Rahmawati, 2012). Keterbatasan yang dialami anak juga mengakibatkan ibu kesulitan dalam mengelola emosi-emosi negatifnya, hal ini akan menyebabkan ibu lebih mudah mengalami kecemasan, kekhawatiran, perasaan putus asa, dan rentan terhadap stres (Maysa & Khairiyah, 2019).

Peningkatan stres ibu dapat mempengaruhi proses pengasuhan, yang mengakibatkan terjadinya stres dalam proses pengasuhan (Masysa & Khairiyah, 2019). Stres pengasuhan adalah reaksi psikologis permusuhan terhadap tuntutan ketika menjalani peran sebagai orang tua (Deater-Deckard, 2004). Williamson, McCabe, O'Hara dan Hart (2013), berpendapat bahwa stres pengasuhan adalah reaksi kognitif dan emosional atas tuntutan yang berlebihan dari sumber daya orang tua dalam proses penhasuhan anak-anak mereka. Mansell, et. al., (2007) menjelaskan bahwa stres pengasuhan yang dialami ibu berpotensi terjadinya interaksi yang kurang positif dengan anak, memiliki kemungkinan lebih tinggi terhadap penganiayaan dan kekerasan terhadap anak, serta mengakibatkan terjadinya konflik yang lebih tinggi dalam keluarga.

Penelitian yang dilakukan Maysa dan Khairiyah (2019), ia menemukan hasil bahwa dari 31 subjek penelitiannya, ibu yang mengalami stres pengasuhan pada kategori rendah sebanyak 7 orang, 19 ibu memiliki tingkat stres pengasuhan sedang, dan 5 orang ibu memiliki stres pengasuhan yang tinggi. Maulina (2017), juga membagi tingkat stres pengasuhan ibu berdasarkan pekerjaan ibu, jenis kelamin anak, dan tingkat

keparahan anak. Hasil dari penelitiannya diperoleh bahwa ibu yang memiliki pekerjaan merasakan stres pengasuhan yang lebih tinggi dibandingkan ibu rumah tangga. Berdasarkan jenis kelamin anak diperoleh hasil bahwa tingkat stres pengasuhan ibu lebih tinggi ketika memiliki anak perempuan, dan berdasarkan tingkat keparahan anak stres pengasuhan ibu berada pada kategori tinggi ketika memiliki anak dengan keparahan sedang.

Menurut Deater-Deckard (2004) stres pengasuhan mengakibatkan menurunnya kualitas dan efektifitas perilaku pengasuhan, seperti berkurangnya ungkapan-ungkapan kehangatan kasih sayang dan berkurangnya konsistensi dalam proses pengasuhan. Ahern (2004) juga menjelaskan bahwa stres pengasuhan berpotensi terhadap kekerasan atau penganiayaan terhadap anak yang dilakukan dengan berbagai cara bahkan dengan cara yang ekstrim. Maysa dan Khairiyah (2019) menjelaskan bahwa stres pengasuhan juga berpengaruh pada perilaku ibu selama proses pengasuhan dan keberfungsian keluarga.

Fitriani dan Ambarini (2013) menemukan hasil bahwa terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi stres pengasuhan pada ibu salah satunya faktor individual, yaitu karakteristik kepribadian individu tersebut. Menurut Kobasa (1979) kepribadian ialah satu diantara faktor pendukung internal yang bisa melahirkan ketahanan dalam mengantisipasi atau menekan stres. Orang-orang yang mengalami tingkat stres yang tinggi akan tetapi tidak jatuh sakit, maka ia memiliki struktur kepribadian yang berbeda dengan orang yang tidak mampu meredam efek dari stres tersebut, perbedaan karakteristik bagi orang-orang yang mampu meredam stres di bawah tekanan ini dikenal dengan istilah *hardiness*.

Kobasa (1979) menjelaskan *hardiness* secara konseptual merupakan ciri khas kepribadian yang mencakup gabungan sikap, dimana sikap tersebut memberikan fungsi sebagai sumber ketahanan dalam melawan peristiwa *stressful*. Orang yang memiliki *hardiness* dianggap memiliki 3 karakteristik umum, yaitu kemampuan untuk terlibat dengan kehidupan (komitmen), keyakinan untuk mengendalikan pengalaman mereka (kontrol), dan kemampuan mengantisipasi perubahan sebagai tantangan (tantangan). Maysa dan Khairiyah (2019), menjelaskan ketika individu memiliki tingkat *hardiness* tinggi maka akan memiliki ketahanan psikologis yang kuat, ia bisa mengubah suatu tekanan menjadi suatu tantangan yang positif.

Fitriani dan Ambarini (2013) juga menemukan hasil bahwa ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus serta memiliki *hardiness* tinggi, akan melihat permasalahan sebagai satu diantara hal yang menantang. Ia akan menjadikannya sebagai kesempatan untuk menjadi lebih baik lagi dan selalu bertanggung jawab terhadap tugas pengasuhan. Sejalan dengan penelitian Auliya dan Darmawanti (2014), ia menjelaskan bahwa ibu dengan *hardiness* yang tinggi yakin bahwa semua masalah dapat diatasi tanpa perlu menghindarinya, dan akan mencari solusi yang tepat untuk menyelesaikan permasalahan tersebut. Jadi dapat disimpulkan bahwa semakin banyak beban yang dirasakan ibu dalam proses pengasuhan, maka semakin penting *hardiness* untuk ditingkatkan sebagai penyangga dari pengaruh stres pengasuhan tersebut.

Faktor lain dari luar individu atau faktor eksternal yang bisa meminimalkan stres pengasuhan ibu yang memiliki anak tunagrahita adalah dengan adanya dukungan sosial (Purnomo & Kristiana, 2016). Dukungan sosial merupakan suatu hal yang penting ketika individu mengalami suatu tekanan (Safitri & Hapsari, 2013). Dukungan sosial

adalah persepsi atau pengalaman ketika seseorang merasa dicintai, diperhatikan, dihormati, dihargai, dan merasa anggota dari suatu kumpulan. Dukungan sosial juga memiliki manfaat bagi kesehatan mental dan fisik (Taylor, 2011).

Dukungan sosial menjadi sumber dalam meningkatkan kesejahteraan ibu dengan anak tunagrahita, dengan adanya dukungan sosial yang diterima ibu akan membantu ibu dalam menghadapi situasi yang tidak menyenangkan, membantu ibu lebih baik dalam menyesuaikan diri, dan sebagai penopang ketika ia mengalami masalah (Safitri & Hapsari, 2013). Sejalan dengan hal itu ketika ibu mendapatkan dukungan sosial, ia akan melihat keadaan yang penuh tekanan dengan tenang, hal ini dikarenakan dukungan sosial yang diterima menjadikan ibu berusaha mengubah respon negatif terhadap suatu masalah dengan cara mencari seseorang yang dapat membantunya dalam meringankan beban tersebut (Kurnia, Putri, & Fitriani, 2019).

Ayala-Nunes, et. al., (2016) dalam penelitiannya menemukan hasil bahwa orang tua yang mendapatkan dukungan sosial yang lebih kecil, merasa kurang puas dengan dukungan yang diterimanya, hal ini akan berdampak terhadap tingginya tingkat stres. Berbeda ketika individu menerima dukungan sosial dari keluarga, teman, dan figur lainnya, serta menerima tanggapan simpatik, maka kecil kemungkinan ia akan mengalami pengalaman negatif sebagai efek dari adanya situasi yang menekan (Williamson, et. al., 2013). Sejalan dengan hal tersebut, menurut Yasin dan Dzulkifli (Purnomo & Kristiana, 2016) dukungan sosial tidak saja menyumbangkan rasa bahagia atau damai akan tetapi juga memberikan manfaat lainnya, seperti menolong ibu menghadapi stres pengasuhan, sebagai umpan balik positif karena adanya perasaan bernilai, dihargai, dan dicintai bagi penerima dukungan sosial tersebut.

Penelitian Weiss (2002) diperoleh hasil bahwa individu yang memiliki *hardiness* lebih tangguh, kurang rentan terhadap stres, depresi, kecemasan, dan perasaan depersonalisasi. Selain itu individu yang memiliki persepsi akan ketersediaan dalam hal dukungan sosial, merasakan kurangnya keluhan somatik dan memiliki perasaan akan prestasi yang lebih besar dalam proses pengasuhan anak. Jadi dari penelitian Weiss dapat ditarik kesimpulan bahwa, karakteristik individu seperti *hardiness* dan dukungan sosial berpengaruh dalam memperbaiki gejala yang berhubungan dengan stres. Secara khusus, komponen *hardiness* adalah prediksi gejala depresi, kecemasan, dan depersonalisasi. Sedangkan elemen dukungan sosial berkaitan dengan depresi dan perasaan berhasil dalam mengasuh anak.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Hubungan antara *hardiness* dan dukungan sosial terhadap stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak tunagrahita”.

## **METODE PENELITIAN**

### **Identifikasi Variabel Penelitian**

Metode yang diterapkan selama penelitian ini ialah metode kuantitatif. Desain penelitian ini yaitu kuantitatif korelasional dengan mengelompokkan variabel penelitian kedalam dua kelompok, yaitu variabel bebas dan variabel terikat, yang bertujuan untuk melihat hubungan antara kedua variabel tersebut (Sudijono, 2009). Variabel-variabel yang akan diteliti dalam penelitian ini terdiri dari variabel terikat, yaitu stres pengasuhan dan variabel bebas yaitu *hardiness* dan dukungan sosial.

### **Populasi dan Sampel**

Populasi merupakan wilayah generalisasi yang mencakup objek atau subjek atau kejadian yang memiliki ciri khas tertentu yang ditetapkan oleh peneliti, dan akan diteliti serta berkemungkinan untuk ditarik kesimpulannya (Jakni, 2016). Populasi dalam penelitian ini adalah ibu yang memiliki anak tunagrahita di Bukittinggi. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian yaitu *purposive sampling*. Dalam pengambilan sampel peneliti memiliki beberapa kriteria yang harus dimiliki oleh subjek, yaitu ibu yang memiliki anak berusia 6-15 tahun, anak yang masih bersekolah di jenjang sekolah dasar (SD), dan ibu yang bersedia menjadi responden.

### **Metode dan Alat Pengumpulan Data**

Pengumpulan data dilakukan menggunakan model skala. Skala ialah alat ukur psikologi yang terdiri dari pertanyaan atau pernyataan yang secara tidak langsung menjelaskan indikator perilaku dan keunikan dari individu yang bersangkutan, skala dirancang sedemikian rupa sehingga tanggapan dari individu tersebut bisa diberikan skor dan kemudian dapat diinterpretasikan (Azwar, 2007). Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu skala dengan model jawaban Likert. Item-item pada skala terdiri dari pertanyaan atau pernyataan *favourable* dan *unfavourable* yang bertujuan untuk menghindari *stereotype* jawaban.

Skala yang dipergunakan dalam penelitian, yaitu : pertama skala stres pengasuhan merupakan adaptasi skala *Parenting Stress Index-Short Form* yang dikembangkan oleh Abidin (Dubbs, 2008). Format respon jawaban skala stres pengasuhan terdiri atas 5 pilihan jawaban yaitu SS (sangat setuju), S (setuju), N (Tidak Yakin), TS (Tidak Setuju), dan STS (sangat tidak setuju). Skala kedua, yaitu skala *hardiness* yang disusun sendiri oleh peneliti merujuk pada teori yang dikembangkan oleh Maddi, et. al., (2006) yang terdiri dari 3 aspek, yaitu komitmen, kontrol, dan tantangan. Skala yang ketiga, yaitu skala dukungan sosial yang juga dikembangkan sendiri oleh peneliti merujuk pada teori Sarafino dan Smith (2011), yang terdiri dari 4 aspek yaitu dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan kelompok. Format respon jawaban skala *hardiness* dan dukungan sosial terdiri atas 4 pilihan jawaban, yaitu SS (sangat setuju), S (setuju), TS (Tidak Setuju), dan STS (sangat tidak setuju).

### **Uji Coba Alat Ukur**

#### **Uji Validitas**

Validitas yang digunakan dalam penelitian ini yaitu validitas isi dan validitas konstruk. Uji validitas isi dilaksanakan lewat cara menelaah dan revisi item-item berdasarkan pendapat profesional (*professional judgement*). Validitas konstruk digunakan untuk melihat sejauh mana skor dari hasil pengukuran instrument tersebut dapat merefleksikan konstruk teoritis yang mendasari penyusunan alat ukur (Azwar, 2012). Uji validitas dilakukan dengan menggunakan aplikasi SPSS versi 20.0 *for windows*.

#### **Uji Reliabilitas**

Reliabilitas alat ukur mengarah pada tingkat keyakinan dan kesesuaian hasil ukur yang mencakup seberapa tinggi kecermatan dari pengukuran tersebut (Azwar, 2012). Uji reliabilitas dilakukan dengan menggunakan aplikasi SPSS versi 20.0 *for windows*. Skala stres pengasuhan memiliki nilai koefisien reliabilitas sebesar 0,731,

skala *hardiness* memiliki koefisien reliabilitas sebesar 0,886, dan skala dukungan sosial memiliki koefisien reliabilitas sebesar 0,929.

### Teknik Analisis Data

Teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini yaitu analisis regresi linier sederhana dan analisis regresi linier berganda, yang digunakan untuk mengetahui besarnya variasi, menentukan bentuk, dan arah hubungan yang terjadi pada variabel Y berdasarkan variabel X.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

**Tabel 1. Kategori Skor Subjek untuk Skala *Hardiness*, Dukungan Sosial, dan Stres Pengasuhan**

Kategori	<i>Hardiness</i>		Dukungan Sosial		Stres Pengasuhan	
	F ( $\Sigma$ )	(%)	F ( $\Sigma$ )	(%)	F ( $\Sigma$ )	(%)
Tinggi	21	75%	21	75%	0	0
Sedang	7	25%	7	25%	4	14,3%
Rendah	0	0	0	0	24	85,7%
Total	28	100%	28	100%	28	100%

Berdasarkan *output* di atas diperoleh bahwa mayoritas subjek memiliki *hardiness* pada kategori tinggi, hal ini menjelaskan bahwa ibu yang memiliki anak tunagrahita lebih tangguh, tidak mudah menyerah, dan optimis dalam menghadapi stres, serta bisa mengurangi efek negatif yang diakibatkan dari stres tersebut. Begitupun dengan dukungan sosial mayoritas subjek memiliki dukungan sosial yang tinggi, hal ini menjelaskan ibu yang memiliki anak tunagrahita, ia merasa dicintai, diawasi, dihargai, serta diikuti sertakan dalam sebuah interaksi. Sedangkan pada variabel stres pengasuhan mayoritas responden berada pada kategori rendah, yang artinya ibu yang memiliki anak tunagrahita memiliki stres pengasuhan yang rendah. Salah satu faktor penyebab rendahnya stres pengasuhan pada ibu yaitu dengan adanya *hardiness* pada diri ibu dan juga dukungan sosial yang diterima oleh ibu.

### Uji Asumsi

Sebelum dilakukan uji hipotesis, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi, yang terdiri dari uji normalitas, uji linieritas, uji multikolinearitas, uji heteroskedastisitas. Uji normalitas pada nilai *residual* diperoleh nilai Sig. sebesar  $0,986 > 0,05$ . Sehingga dapat dikatakan bahwa variabel yang digunakan dalam penelitian ini terdistribusi secara normal. Uji linieritas pada variabel stres pengasuhan dan *hardiness* diperoleh nilai F hitung  $0,915 < F$  tabel 2,62 dan nilai Sig.  $0,562 > 0,05$ . Sedangkan untuk variabel stres pengasuhan dan dukungan sosial diperoleh nilai F hitung  $2,077 < F$  tabel 2,53 dan nilai Sig.  $0,097 > 0,05$ , dimana hal tersebut telah memenuhi syarat pengambilan keputusan dalam uji linieritas. Sehingga dapat dikatakan data dalam penelitian ini memiliki hubungan linier atau uji asumsi linieritas terpenuhi.

Uji multikolinearitas diperoleh nilai *tolerance* pada variabel *hardiness* dan dukungan sosial sebesar  $0,722 > 0,10$  dan diperoleh nilai VIF sebesar  $1,385 < 10,00$ . Hal ini menunjukkan bahwa variabel *hardiness* dan dukungan sosial tidak mengalami multikolinearitas dan uji asumsi tersebut terpenuhi. Selanjutnya pada uji heteroskedastisitas diperoleh nilai Sig. dari variabel *hardiness* sebesar 0,385 dan

dukungan sosial sebesar 0,061. Dimana nilai tersebut  $> 0,05$ . Hal ini menunjukkan bahwa variabel yang digunakan dalam penelitian ini tidak mengalami gejala heteroskedastisitas, sehingga uji heteroskedastisitas terpenuhi.

### Uji Hipotesis

#### a. Hubungan *hardiness* terhadap stres pengasuhan

**Tabel 2. Hasil Uji Regresi Sederhana Hubungan *Hardiness* terhadap Stres Pengasuhan**

Model Summary						
	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	F	Sig.
1	.463 <sup>a</sup>	.214	.184	5.019	7.099	.013 <sup>b</sup>

a. Predictors: (Constant), *Hardiness*

Berdasarkan ioutput di atas, dapat dilihat bahwa nilai  $F_{hitung}$  yaitu 7,099 dengan nilai Sig.  $0,013 < 0,05$ , maka  $H_a$  diterima. Nilai koefisien determinan ( $R^2$ ) sebesar 0,214 atau dapat dikatakan bahwa variabel *hardiness* berkontribusi sebesar 21,4% terhadap stres pengasuhan dan sisanya sebanyak 78,6% dipengaruhi oleh faktor lain selain *hardiness*.

#### b. Hubungan dukungan sosial terhadap stres pengasuhan

**Tabel 3. Hasil Uji Regresi Sederhana Hubungan Dukungan Sosial terhadap Stres Pengasuhan**

Model Summary						
	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	F	Sig.
1	.419 <sup>a</sup>	.176	.144	5.141	5.550	.026 <sup>b</sup>

a. Predictors: (Constant), Dukungan Sosial

Berdasarkan *output*, diperoleh nilai  $F_{hitung}$  yaitu 5,550 dengan nilai Sig.  $0,026 < 0,05$ , maka  $H_a$  diterima. Nilai koefisien determinan ( $R^2$ ) sebesar 0,176 atau dapat dikatakan bahwa dukungan sosial memberikan kontribusi sebesar 17,6% terhadap stres pengasuhan dan sisanya sebanyak 82,4% dipengaruhi oleh faktor lain selain dukungan sosial.

#### c. Hubungan *hardiness* dan dukungan sosial terhadap stres pengasuhan

**Tabel 4. Hasil Uji Regresi Linier Berganda Hubungan *Hardiness* Dan Dukungan Sosial terhadap Stres Pengasuhan**

Model Summary						
	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	F	Sig.
1	.507 <sup>a</sup>	.257	.198	4.978	4.323	.024 <sup>b</sup>

a. Predictors: (Constant), Dukungan Sosial, *Hardiness*

Berdasarkan tabel di atas diperoleh nilai  $F_{hitung}$  yaitu 4,323 dengan nilai Sig.  $0,024 < 0,05$ , maka  $H_a$  diterima. Nilai koefisien determinan ( $R^2$ ) sebesar 0,257 atau dapat dikatakan bahwa *hardiness* dan dukungan sosial secara bersama-sama

memberikan kontribusi terhadap stres pengasuhan sebesar 25,7% dan sisanya sebanyak 74,3% dipengaruhi oleh faktor lain selain *hardiness* dan dukungan sosial yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

## PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *hardiness* terhadap stres pengasuhan, hubungan dukungan sosial terhadap stres pengasuhan, serta hubungan *hardiness* dan dukungan sosial terhadap stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak tunagrahita. Secara umum berdasarkan hasil uji hipotesis, ditemukan bahwa antara *hardiness* dan dukungan sosial memiliki hubungan terhadap stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak tunagrahita. Berdasarkan hasil analisis masing-masing variabel, ditemukan bahwa subjek dalam penelitian ini memiliki *hardiness* pada kategori tinggi sebanyak 27 orang (75%) dan dukungan sosial pada kategori tinggi sebanyak 27 orang (75%), sedangkan untuk stres pengasuhan subjek berada pada kategori rendah yaitu sebanyak 24 orang (85,7%).

Hasil uji  $H_1$  menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *hardiness* terhadap stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak tunagrahita. Hal ini menjelaskan bahwa  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak. Dari hasil analisis data diketahui bahwa *hardiness* dan stres pengasuhan memiliki hubungan yang negatif, yang berarti bahwa semakin tinggi *hardiness* yang dimiliki ibu maka cenderung lebih rendah ibu tersebut mengalami stres pengasuhan, begitupun sebaliknya. Hal ini juga sejalan dengan hasil penelitian Maysa dan Khairiyah (2019) yang mengatakan bahwa tingkat *hardiness* pada seorang ibu berdampak pada tinggi atau rendahnya stres yang dialami oleh ibu tersebut.

Weiss (2002) juga menyebutkan bahwa *hardiness* merupakan salah satu prediktor yang mempengaruhi stres pengasuhan. Auliya dan Darmawanti (2014) menjelaskan bahwa ibu yang memiliki *hardiness* akan mencari alternatif agar tujuannya tercapai, ia akan selalu melakukan usaha yang maksimal dan matang, serta tetap memperhitungkan konsekuensi yang akan diterima nantinya. Dimana hal ini nantinya akan membantu ibu dalam mengurangi stres pengasuhan saat menghadapi keadaan yang tidak sesuai harapannya.

Hasil uji  $H_2$  terdapat hubungan antara dukungan sosial terhadap stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak tunagrahita. Hal ini menjelaskan bahwa  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak. Dari hasil analisis data diketahui bahwa dukungan sosial dan stres pengasuhan memiliki hubungan yang negatif, yang artinya semakin tinggi dukungan sosial yang dimiliki ibu, maka akan semakin rendah peluang ibu tersebut mengalami stres pengasuhan, begitupun sebaliknya semakin rendah dukungan sosial yang dimiliki ibu, maka akan semakin tinggi stres pengasuhan ibu.

Weiss (2002) menjelaskan bahwa dukungan sosial juga merupakan salah satu prediktor yang mempengaruhi stres pengasuhan. Dukungan sosial yang diterima ibu dapat mengurangi keluhan somatik dan stres dalam proses pengasuhan. Dengan adanya dukungan sosial dari berbagai sumber dapat mendukung individu dalam menanggulangi tekanan yang dirasakannya, serta membuat individu tersebut berhasil dalam menghadapi tuntutan keadaan yang menyebabkan stres dalam proses pengasuhan. Boztepe, et. al., (2020) juga mengatakan bahwa dukungan sosial dapat menjadi pencegah, pembaharuan, dan pengobatan masalah psikologis, serta dapat membantu individu mengatasi situasi yang sulit.



Hasil uji  $H_3$  diperoleh bahwa antara *hardiness* dan dukungan sosial secara bersama-sama memiliki hubungan terhadap stres pengasuhan. Hasil penelitian ini sama dengan hasil penelitian Weiss (2002) yang menjelaskan bahwa *hardiness* atau sifat tahan banting dan dukungan sosial saling berhubungan. Dimana individu yang menyatakan sikap tangguhnyanya juga akan merasakan tersedianya dukungan sosial dari berbagai pihak.

## PENUTUP

### Kesimpulan

Terdapat hubungan antara *hardiness* dan dukungan sosial terhadap stres pengasuhan. Terdapat hubungan negatif antara *hardiness* dengan stres pengasuhan, yang artinya semakin tinggi *hardiness* yang dimiliki maka akan semakin kecil kemungkinan ibu tersebut mengalami stres pengasuhan, begitupun sebaliknya. Serta terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial dengan stres pengasuhan, yang artinya semakin tinggi dukungan sosial maka akan semakin rendah stres pengasuhan yang dialami oleh ibu.

Sumbangan efektif atau peranan antara *hardiness* dan dukungan sosial secara bersama-sama terhadap stres pengasuhan adalah sebesar 25,7%, dan sisanya sebesar 74,3% dipengaruhi oleh faktor lain diluar variabel *hardiness* dan dukungan sosial. Dari hasil pengkategorian diperoleh hasil bahwa subjek dalam penelitian ini memiliki *hardiness* dan dukungan sosial dalam kategori tinggi, sedangkan tingkat stres pengasuhan tergolong rendah.

### Saran

Bagi ibu diharapkan untuk terus mempelajari dan menambah pengetahuan serta wawasan mengenai proses pengasuhan anak yang tepat. diharapkan ibu selalu berfikir positif dalam menghadapi permasalahan dan beban yang dihadapi, sehingga dapat selalu berfikir jernih dan mampu menemukan solusi terbaik dari permasalahan tersebut. Selain itu ibu juga diharapkan untuk berkumpul dengan orang-orang yang memberikan dukungan positif, saling tolong menolong, dan bertukar informasi serta pengalaman mengenai proses pengasuhan anak yang tepat.

Bagi penelitian selanjutnya diharapkan untuk memperluas subjek penelitian. Selain itu peneliti juga sebaiknya mempertimbangkan variabel lain selain yang digunakan dalam penelitian ini, dikarenakan masih banyak faktor lain yang mempengaruhi stres pengasuhan, yaitu adanya psikopatologi dalam diri orang tua diantaranya depresi, efikasi diri, dan harga diri.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahern, S. L., (2004). Psychometric properties of the parenting stress index-short form. *Thesis*. North Carolina State University: Departement of Psychology.
- Atri, A., Sharma, M., & Cottrell, R. (2007). Role of social support, *hardiness*, and acculturation as predictors of mental health among international students of Asian Indian Origin. *International Quarterly of Community Health Education*, 27(1), 59-73. DOI: 10.2190/iq.27.1.e.

- Auliya, I. A. D., & Darmawanti, I. (2014). Hubungan antara kepribadian hardiness dengan stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak cerebral palsy. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(3).
- Ayala-Nunes, L., Nunes, C., & Lemos, I. (2017). Social support and parenting stress in at-risk Portuguese families. *Journal of Social Work*, 17(2), 207-225. DOI: 10.1177/1468017316640200
- Azwar, S. (2007). *Dasar-dasar psikometri*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan skala psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Buletin jendela data dan informasi kesehatan: Situasi penyandang disabilitas (2014). <https://www.kemkes.go.id/download.php?file=download/pusdatin/buletin/buletin-disabilitas.pdf>. Diakses pada 21 Februari 2020.
- Boztepe, H., Cinar, S., & Ozgur, MD, F. F., (2020). Parenting stress in Turkish mothers of infants with cleft lip and/or palate. *The Cleft Palate-Craniofacial Journal*, 1-9. DOI: 10.1177/1055665619898592.
- Deater-deckard, K. (2004). *Parenting stres: Current Perspective in Psychology*. New Haven and London: Yale University Press.
- Dubbs, J. L. (2008). Parent stress reduction through a psychosocial intervention for children diagnosed with attention-deficit/ hyperactivity disorder. (*Doctoral Dissertation*). Indiana University of Pennsylvania.
- Fitriani, A., & Ambarini, T. K. (2013). Hubungan antara hardiness dengan tingkat stres pengasuhan pada ibu dengan anak autis. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 2(2), 34-40.
- Jakni. (2016). *Metodologi penelitian eksperimen bidang pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Kementerian sosial dalam angka pembangunan kesejahteraan sosial. (2012). <https://www.kemkes.go.id/download.php?file=download/pusdatin/buletin/buletin-disabilitas.pdf>. Diakses pada 20 Februari 2020.
- Kurnia, R. T. R., Putri, A. M., & Fitriani, D. (2019). Dukungan sosial dan tingkat stres orang tua yang memiliki anak retardasi mental. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 1(2), 28-34.
- Kobasa, S. C. (1979). Stressful life events, personality, and health: an inquiry into hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37(1), 1-11.
- Maddi, S. R., Harvey, R. H., Khobasa, D. M., Lu, J. L., Persico, M., & Brow, M. (2006). The personality construct of hardiness, III: Relationships with repression, innovativeness, authoritarianism, and performance. *Journal of Personality*, 72(2), 575-598. DOI: 10.1111/j.1467-6494.2006.00385.x.
- Mansell, L. W., Ayoub, C., McKelvey, L., Faldowski, R. A., Hart, A., & Shears, J. (2007). Parenting stress of low-income parents of toddlers and pre-schoolers: psychometric properties of a short form of the parenting stress index. *Parenting: Science and Practice*, 7(1), 27-56.
- Maslin, R. (2013). *Diagnosis gangguan jiwa, rujukan ringkas PPDGJ-III dan DSM-5. 2<sup>nd</sup> ed.* Jakarta: Bagian Ilmu Kedokteran Jiwa FK-Unika Atmajaya.

- Maulina, B. (2017). Tingkat stres ibu yang memiliki anak penyandang retardasi mental. *Jurnal Wahana Inovasi*, 6(2), 120-124.
- Mawardah, U., Siswati, S., & Hidayati, F. (2012). Relationship between active coping with parenting stress in mother of mentally retarded child. *Empati*, 1(1), 1-14.
- Maysa, P., & Khairiyah, U. (2019). Hardiness dan stres pengasuhan pada ibu dengan anak berkebutuhan khusus. *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)*, 10(1), 88-101.
- Nirmala, A. P. (2013). Tingkat kebermaknaan hidup dan optimisme pada ibu yang mempunyai anak berkebutuhan khusus. *Developmental and Clinical Psychology*, 2(2), 6-12.
- Purnomo, J. C., & Kristiana, I.F. (2016). Hubungan antara dukungan sosial suami dengan stres pengasuhan istri yang memiliki anak retardasi mental ringan dan sedang. *Empati*, 5(3), 507-512.
- Rahmawati, S. W. (2012). Penanganan anak tunagrahita (mental retardation) dalam program pendidikan khusus. *Jurnal Psiko Utama*, 1(1).
- Safitri, K., & Hapsari, I. I. (2013). Dukungan sosial keluarga terhadap resiliensi pada ibu dengan anak retardasi mental. *Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi*, 2(2), 76-79.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. (2011). *Health psychology: Biopsychosocial interactions*. (7<sup>th</sup> ed). New York: John Wiley & Sons.
- Shin, J., Nhan, N. V., Crittenden, K. S., Hong, H. T. D., Flory, M., & Ladinsky, J. (2006). Parenting stress of mothers and fathers of young children with cognitive delays in Vietnam. *Journal of Intellectual Disability Research*, 50(10), 748-760. DOI: 10.1111/j.1365-2788.2006.00840.x.
- Sudijono, A. (2009). *Pengantar statistik pendidikan*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Taylor, S. E. (2011). *Social support: a review*. [https://taylorlab.psych.ucla.edu/wp-content/uploads/sites/5/2014/11/2011\\_social-support\\_A-review.pdf](https://taylorlab.psych.ucla.edu/wp-content/uploads/sites/5/2014/11/2011_social-support_A-review.pdf). Diakses pada 24 Februari 2020.
- Weiss, M. J., (2002). Hardiness and social support as predictors of stress in mothers of typical children, children with autism, and children with mental retardation. *Autism*, 6(1), 115-130. DOI: 10.1177/1362361302006001009.
- Williamson, J. A., McCabe, J. E., O'Hara, M. W., Hart, K. J., LaPlante, D. P., & King, S. (2013). Parenting stress in early motherhood: stress spillover and social support. *Comprehensive Psychology*, 2, 11. DOI: 10.2466/10.21.CP.2.11.