

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL SUAMI DENGAN STRES PENGASUHAN ISTRI YANG MEMILIKI ANAK RETARDASI MENTAL RINGAN DAN SEDANG

Josephine Clarissa Purnomo, Ika Febrian Kristiana,

Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro,
Jl. Prof. Soedarto, SH, Kampus Undip Tembalang, Semarang, Indonesia 50275

serrafineclarissa@yahoo.com

Abstrak

Retardasi mental adalah ketidakmampuan kognitif yang mempengaruhi tingkat kecerdasan secara menyeluruh, seperti kemampuan kognitif, bahasa, motorik, dan sosial. Kehadiran anak yang mengalami retardasi mental memunculkan dinamika kehidupan keluarga yang kompleks dan lebih berat, yang mengakibatkan munculnya stres pengasuhan terutama pada ibu. Dukungan suami diperlukan untuk mengurangi dampak stres pada istri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial suami dengan stres pengasuhan istri yang memiliki anak retardasi mental ringan dan sedang. Hipotesis dalam penelitian ini adalah ada hubungan negatif antara dukungan sosial suami dan stres pengasuhan istri. Subjek penelitian adalah 65 ibu dengan anak retardasi mental ringan dan sedang yang bersekolah di tiga SLB di Semarang yang dipilih melalui *simple random sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah Skala Dukungan Sosial Suami (33 aitem, $\alpha = 0,903$) dan Skala Stres Pengasuhan Istri (35 aitem, $\alpha = 0,916$). Hasil analisis data menggunakan analisis regresi linier sederhana yang menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar $-0,503$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,01$), maka ada hubungan negatif antara variabel dukungan sosial suami dengan stres pengasuhan istri. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi dukungan sosial suami, maka semakin rendah stres pengasuhan istri dan sebaliknya. Dukungan sosial suami memberikan sumbangan sebesar 25,3% terhadap stres pengasuhan istri.

Kata Kunci: retardasi mental ringan dan sedang; stres pengasuhan istri; dukungan sosial suami

Abstract

Mental retardation is a cognitive incapability which affects the overall level of intelligence, such as cognitive, language, motor, and social ability. Mental retarded children in a family mean more complexity and burden of life, which resulted in parenting stress, especially in the mother. Husband support is needed to reduce the impact of stress on the wife. This research aims to determine the relationship between husband social support and wife parenting stress whose children have a mild and moderate mental retardation. The hypothesis of this research is that there is a negative relationship between husband social support and wife parenting stress. The subjects are 65 mothers with mild and moderate mental retarded children who are enrolled in three special needs elementary schools in Semarang selected by simple random sampling method. The measuring instruments are Husband Social Support Scale (33 items, $\alpha = 0.903$) and Wife Parenting Stress Scale (35 items, $\alpha = 0.916$). The data is analysed by using simple linear regression analysis which results is the correlation coefficient of -0.503 with $p = 0.000$ ($p < 0.01$), this outcome shows a negative relationship between husband social support variable and wife parenting stress variable. This means that the higher the husband social support, the lower the wife parenting stress and vice versa. Husband social support affects the wife parenting stress by 25.3%.

Keywords: mild and moderate mental retardation; wife parenting stress; husband social support

PENDAHULUAN

Setelah menikah, pasangan suami istri seringkali beranggapan bahwa sebuah keluarga belum lengkap tanpa kehadiran seorang anak. Kehadiran anak dengan pertumbuhan dan perkembangan yang sempurna adalah harapan dari setiap orang tua. Namun pada kenyataannya, proses pertumbuhan dan perkembangan anak tidak selalu seperti yang diharapkan. Pada beberapa kasus, orang tua harus menerima kenyataan bahwa anak mengalami kondisi disabilitas yaitu retardasi mental. Berdasarkan Pedoman Penggolongan Diagnosis Gangguan Jiwa (PPDGJ) III retardasi

mental dapat diartikan sebagai kondisi perkembangan jiwa yang mengalami hambatan terutama ditandai dengan ketidakmampuan dalam melakukan ketrampilan saat masa perkembangan berlangsung sehingga hal tersebut mempengaruhi tingkat kecerdasan secara menyeluruh, seperti kemampuan kognitif, bahasa, motorik, dan sosial (Maslim, 2013). Beberapa karakteristik umum anak yang mengalami retardasi mental menurut Ormrod (2009), diantaranya, yaitu (1) kurangnya pengetahuan umum tentang dunia, (2) ketrampilan membaca dan berbahasa yang buruk, (3) kesulitan memahami gagasan abstrak, (4) kesulitan melakukan generalisasi, dan (5) ketrampilan motorik rendah.

Karakteristik-karakteristik anak dengan retardasi mental diatas merupakan suatu kenyataan yang tidak dapat dihindari dan tidak dapat diubah oleh orang tua bahwa anak berkembang secara “berbeda” dari anak-anak pada umumnya. Kenyataan tersebut menjadi tidak mudah bagi para orang tua dalam memberikan pengasuhan kepada anak yang mengalami gangguan retardasi mental, karena membutuhkan penanganan dini dan secara intensif untuk membantu mengoptimalkan perkembangan anaknya, seperti melakukan pemeriksaan dan konsultasi anak ke dokter atau psikolog, merawat, membimbing, serta mengarahkan anak dalam belajar. Pendapat tersebut juga senada dengan Somantri (2012), bahwa orang tua dan saudara merupakan orang terdekat yang paling banyak menanggung beban dari anak yang mengalami retardasi mental. Beberapa macam reaksi orang tua yang muncul saat anak mengalami retardasi mental menurut Kuebler Ross (dalam Mangunsong, 2011), yaitu (1) penolakan, (2) penawaran, (3) marah, (4) depresi, dan (5) penerimaan.

Reaksi-reaksi tersebut merupakan beban yang dirasakan terutama pada ibu sebagai figur terdekat dan pengasuh dari anak dengan retardasi mental. Banyak penelitian menunjukkan bahwa ibu dari anak-anak dengan keterlambatan dan disabilitas perkembangan menunjukkan tingkat stres yang lebih tinggi. Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian Beckman dalam Gupta, Mehrotra, dan Mehrotra (2012), bahwa orangtua yang memiliki anak dengan disabilitas perkembangan menunjukkan tingkat stres yang lebih tinggi. Menurut Deater-Deckard (dalam Lestari, 2014), stres pengasuhan adalah serangkaian proses yang membawa kondisi psikologis yang tidak disukai dan reaksi fisiologis yang muncul dalam upaya beradaptasi dengan tuntutan peran sebagai orang tua.

Berdasarkan hasil penelitian Kumar (2008), stres pengasuhan yang muncul pada istri yang memiliki anak retardasi mental dapat berkurang melalui strategi *coping stress* yang tepat. Sumber-sumber yang dapat berperan menjadi fasilitator sebagai *coping stress*, salah satunya adalah strategi *coping* eksternal yaitu dukungan sosial. Dukungan sosial dapat bersumber dari anggota keluarga, khususnya pasangan, kerabat, teman, dan tetangga. Dukungan sosial adalah kenyamanan secara fisik dan psikologis dari orang lain (teman atau anggota keluarga) yang bermanfaat saat mengalami stres (Sarason dan Pierce dalam Baron dan Byrne, 2009).

METODE

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif korelasional dengan dua variabel, yaitu satu variabel bebas dan satu variabel terikat. Menurut Suryabrata (2013), tujuan dari penelitian kuantitatif korelasional adalah untuk melakukan deteksi terhadap variasi-variasi suatu variabel yang berkaitan dengan variasi-variasi satu variabel lain berdasarkan koefisien korelasi. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah dukungan sosial suami, sedangkan variabel terikat adalah stres pengasuhan istri. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu yang merupakan orang tua dari siswa dan siswi retardasi mental ringan dan sedang yang belum pubertas sebesar 114 siswa di SD LB Swadaya, SD LB Widya Bhakti, dan SD YPAC. Subjek penelitian diacak dan dipilih dengan teknik *simple random sampling* dari keseluruhan populasi sebanyak 65 subjek, sedangkan sebanyak 49 subjek digunakan untuk uji coba alat ukur. Metode pengumpulan data pada

penelitian ini menggunakan metode skala psikologi yang terbagi menjadi dua skala, yaitu skala stres pengasuhan istri dengan total 35 aitem valid dan koefisien reliabilitas 0,916, sedangkan skala dukungan sosial suami dengan total 33 aitem valid dan koefisien reliabilitas 0,903. Analisis data yang digunakan adalah analisis regresi linier sederhana yang terdiri atas beberapa tahap, yaitu uji asumsi (uji normalitas dan uji linieritas) dan uji hipotesis.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1.

Hasil Uji Normalitas

Variabel	Kolmogorov-Smirnov	P
Stres Pengasuhan Istri	0,988	0,283 (p>0,05)
Dukungan Sosial Suami	0,628	0,825 (p>0,05)

Uji normalitas variabel stres pengasuhan istri menunjukkan nilai *Kolmogorov-Smirnov* sebesar 0,988 dengan signifikansi 0,283 yang lebih besar dari 0,05. Hal ini berarti bahwa variabel stres pengasuhan istri memiliki data yang berdistribusi normal. Uji normalitas variabel dukungan sosial suami menunjukkan nilai *Kolmogorov-Smirnov* sebesar 0,628 dengan signifikansi 0,825 yang lebih besar dari 0,05. Hal ini berarti bahwa variabel dukungan sosial suami memiliki data yang berdistribusi normal.

Tabel 2.

Hasil Uji Linieritas

Nilai F	Signifikansi	P
21,289	0,000	P<0,01 (Linier)

Hasil uji linieritas menunjukkan nilai F sebesar 21,289 dengan signifikansi sebesar 0,000 yang lebih kecil dari 0,01. Hal ini berarti bahwa hubungan antara kedua variabel adalah linier. Oleh karena kedua variabel berdistribusi normal dan hubungan antara kedua variabel maka uji hipotesis dapat dilakukan.

Tabel 3.

Hasil Uji Hipotesis 1

		Stres Pengasuhan	Dukungan Sosial
Pearson Correlation Sig. (1-tailed)	Stres Pengasuhan	1,000	-0,503
	Dukungan Sosial	-0,503	1,000
N	Stres Pengasuhan	65	65
	Dukungan Sosial	65	65

Koefisien korelasi menunjukkan -0,503 dengan signifikansi 0,000 yang lebih kecil dari 0,01 pada tabel 3. Hal ini berarti bahwa ada hubungan negatif antara variabel dukungan sosial suami dengan variabel stres pengasuhan istri yang memiliki anak retardasi mental ringan dan sedang. Hubungan negatif berarti semakin tinggi dukungan sosial suami maka stres pengasuhan istri semakin rendah, sebaliknya semakin rendah dukungan sosial suami maka stres pengasuhan istri semakin tinggi.

Tabel 4.
Hasil Uji Hipotesis 2

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	139,028	13,891		10,008	0,000
Dukungan Sosial	-0,597	0,129	-0,503	-4,614	0,000

Tabel 5.
Hasil Uji Hipotesis 3

Model	R	R Square	Adjusted Square	Std. Error of The Estimate
1	0,503	0,253	0,241	8,608

Persamaan garis regresi linier berdasarkan tabel 4, yaitu $Y = 139,028 - 0,597 X$. Hal ini berarti bahwa variabel stres pengasuhan istri mengalami perubahan secara berbanding terbalik sebesar 0,597 untuk setiap unit perubahan dari variabel dukungan sosial suami. Hasil R Square pada tabel 5 menunjukkan 0,253. Hal ini berarti bahwa variabel dukungan sosial suami memberikan sumbangan efektif sebesar 25,3% kepada variabel stres pengasuhan istri.

Tabel 6.
Deskripsi Skor Stres Pengasuhan Istri

Sangat Rendah	Rendah	Tinggi	Sangat Tinggi
4 orang 6,15%	56 orang 86,15%	5 orang 7,7%	0 orang 0%

Tabel 7.
Deskripsi Skor Dukungan Sosial Suami

Sangat Rendah	Rendah	Tinggi	Sangat Tinggi
0 orang 0%	1 orang 1,54%	36 orang 55,38%	28 orang 43,08%

Tabel 6 menunjukkan bahwa sebesar 86,15% atau 56 subjek penelitian berada pada kelompok stres pengasuhan yang rendah, sedangkan tabel 7 menunjukkan bahwa sebesar 55,38% atau 36 subjek penelitian memiliki dukungan sosial suami yang tinggi. Hal ini berarti bahwa saat

penelitian berlangsung, mayoritas subjek penelitian memiliki dukungan sosial suami yang tinggi dan stres pengasuhan yang rendah. Stres pengasuhan istri yang rendah pada penelitian ini disebabkan karena istri merasa bahwa dukungan yang diberikan suami bermanfaat dan istri mempersepsi bahwa suami bersedia untuk memberikan dukungan saat istri membutuhkan (Boyd, 2002). Salisbury (dalam Boyd, 2002), menambahkan bahwa istri yang memiliki tingkat stres pengasuhan rendah karena istri menerima dukungan dari berbagai pihak, khususnya dukungan secara penuh yang diberikan oleh suami terhadap istri.

Berdasarkan hasil analisis diatas, Maguire dalam Proctor, dkk (2002), berpendapat bahwa dukungan sosial tidak hanya memberikan rasa aman, namun juga memiliki beberapa manfaat yaitu membantu mengatasi stres yang muncul dalam kehidupan dan memberikan dorongan serta umpan balik positif berupa penerima dukungan (istri) merasa bernilai dan dihargai. Dukungan sosial juga merupakan elemen yang dapat membantu individu mengurangi pengalaman stres dan mengatasi situasi stres (Yasin dan Dzulkifli, 2010).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa ada hubungan negatif antara variabel Dukungan Sosial Suami dengan variabel Stres Pengasuhan Istri yang memiliki anak retardasi mental ringan dan sedang. Kesimpulan tersebut berarti bahwa semakin tinggi dukungan sosial suami maka semakin rendah stres pengasuhan istri, demikian pula sebaliknya bahwa semakin rendah dukungan sosial suami maka semakin tinggi stres pengasuhan istri. Dukungan sosial memberikan sumbangan sebesar 25,3% dalam memberikan pengaruh terhadap stres pengasuhan istri dan sisanya sebesar 74,7% ditentukan oleh faktor-faktor lain yang tidak diungkapkan dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Baron, R. A., & Byrne, D. (2009). *Psikologi sosial* (edisi 10.). Jakarta: Erlangga.
- Boyd, B. A. (2002). Examining the relationship between stress and lack of social support in mothers of children with autism. *Focus on Autism and Other Developmental Disabilities*, 17(4), 208-215. doi: 10.1177/10883576020170040301.
- Gupta, V. B., Mehrotra, P., & Mehrotra, N. (2012). Parental stress in raising a child with disabilities in india. *Formerly Asia Pacific Disability Rehabilitation Journal*, 23(2), 41-52. doi: 10.5463/DCID.v23i2.119.
- Kumar, V. (2008). Psychological stress and coping strategies of the parents of mentally challenged children. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 34(2), 227-231.
- Lestari, S. (2014). *Psikologi keluarga*. Jakarta: Kencana.
- Mangunsong, F. (2011). *Psikologi dan pendidikan anak berkebutuhan khusus, jilid kedua*. Depok: LPSP3.
- Maslim, R. (2013). *Diagnosis gangguan jiwa, rujukan ringkas PPDGJ-III dan DSM-5*. Jakarta: Bagian Ilmu Kedokteran Jiwa FK-Unika Atmajaya.
- Ormrod, J. E. (2009). *Psikologi pendidikan membantu siswa tumbuh dan berkembang, jilid satu*. Jakarta: Erlangga.

Proctor, C. D., Groza, V. K., & Rosenthal, J. A. (2002). Social support and adoptive families of children with special needs. Cleveland, OH: Case Western Reserve University.

Somantri, S. (2012). *Psikologi anak luar biasa*. Bandung: PT Refika Aditama.

Suryabrata, S. (2013). *Metodologi penelitian*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.

Yasin, M. A. S. M. & Dzulkifli, M. A. (2010). The relation between social support and psychological problems among students. *International Journal of Business and Social Science*, 1(3), 110-116.