

## **HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DENGAN STRES PENGASUHAN IBU YANG MEMILIKI ANAK *CEREBRAL PALSY***

**Anindya Ikasari, Ika Febrian Kristiana**

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

[anindya27a@gmail.com](mailto:anindya27a@gmail.com), [ika.f.kristiana@gmail.com](mailto:ika.f.kristiana@gmail.com)

### **Abstrak**

*Cerebral palsy* merupakan suatu penyakit neuromuskular yang disebabkan oleh gangguan perkembangan atau kerusakan sebagian dari otak yang berhubungan dengan pengendalian fungsi motorik. Kehadiran anak yang mengalami *cerebral palsy* dapat memunculkan stres pada ibu sebagai figur utama pengasuhan anak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara regulasi emosi dengan stres pengasuhan ibu yang memiliki anak *cerebral palsy*. Hipotesis penelitian ini adalah terdapat hubungan negatif antara regulasi emosi dan stres pengasuhan. Subjek penelitian ini adalah 50 ibu yang memiliki anak *cerebral palsy* dan menjalani terapi di YPAC dan PNTC. Sampel diambil menggunakan teknik *insidental quota*. Pengumpulan data menggunakan dua skala likert yaitu skala stres pengasuhan (37 aitem,  $\alpha = 0,941$ ) dan skala regulasi emosi (37 aitem,  $\alpha = 0,972$ ) Hasil analisis data dengan menggunakan analisis regresi linier sederhana menunjukkan adanya hubungan negatif antara variabel regulasi emosi dengan stres pengasuhan ibu dengan anak *cerebral palsy* ( $r = -0,451$ ,  $p = 0,001$ ). Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat regulasi emosi, maka semakin rendah tingkat stres pengasuhan ibu dan sebaliknya. Regulasi emosi memberikan sumbangan sebesar 20,3% terhadap stres pengasuhan ibu.

**Kata kunci** : *cerebral palsy*, stres pengasuhan, regulasi emosi

### **Abstrak**

Cerebral palsy is a neuromuscular disease which is caused by growth disorder or brain damage related to motor function. Children with cerebral palsy can bring out stress for the mothers as the main figure of parenting patterns. This research is aimed to understand the connection between emotional regulation and parenting stress mothers with cerebral palsy children. Hypothesis on this research is that there is a negative relationship between the emotional regulation and parenting stress. The subjects of this research are 50 mothers with cerebral palsy who are undergoing a therapy at YPAC and PNTC. Samples are taken through quota technique. Data collecting in this research is using two likert scale which are a scale of parenting stress (37 aitem,  $\alpha = 0,941$ ) and emotional regulation scale (37 aitem,  $\alpha = 0,972$ ). The results of data analysis using simple linear regression analysis showed a negative relationship between variable emotional regulation and parenting stress mothers with cerebral palsy children ( $r = -0,451$ ,  $p = 0,001$ ). This shows that the higher the level of emotional regulation, the lower the level of parenting stress mother and vice versa. Emotional regulation contributes 20.3% to parenting stress.

**Keyword** : *cerebral palsy, parenting stres, emotional regulation*

## **PENDAHULUAN**

Sebuah keluarga belum dikatakan lengkap tanpa kehadiran anak, kehadiran anak di dalam keluarga di anggap penting karena ia merupakan sumber harapan dari pasangan suami isteri yang menikah. Namun, kebahagiaan tersebut dapat menjadi ancaman bagi keluarga dan orang tua yang melahirkan anak dengan keadaan cacat, baik cacat fisik maupun mental (Kertamuda, 2009). Anak dengan *cerebral palsy* merupakan keadaan yang tidak dapat dihindari oleh orang tua. Perkembangan anak yang berbeda dari anak pada umumnya merupakan suatu kenyataan yang tidak mudah untuk dihadapi para orang tua dalam memberikan pengasuhan kepada anak. Berdasarkan hasil penelitian Vijesh dan Maran (2007) menemukan bahwa ibu dari anak *cerebral palsy* mengalami stres pada kondisi yang dapat membuat keadaan ketidakpercayaan atas ketidakmampuan anak untuk mencapai kemandirian dalam merawat diri. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Chiarello, dkk (2010) menyebutkan bahwa prioritas utama

orang tua dengan anak *cerebral palsy* supaya anak memiliki kemandirian dalam menjalankan aktivitas sehari-hari dan kemandirian dalam merawat diri. Kriteria anak *cerebral palsy* yang bergantung dengan orang sekitarnya untuk melakukan aktivitas sehari-hari dapat berlangsung seumur hidup, sehingga orang tua terutama ibu yang memiliki anak *cerebral palsy* beresiko mengalami stres pengasuhan. Hasil penelitian Eisenhower (2005) menyatakan bahwa *cerebral palsy* menduduki peringkat kedua yang dapat memicu timbulnya stres bahkan depresi pada ibu dari 10 gangguan keterlambatan perkembangan anak. Apalagi jika keadaan anak tergolong *cerebral palsy* dengan klasifikasi berat berdasarkan hasil penelitian Seok dkk (2012) menyatakan orang tua yang memiliki anak dengan *cerebral palsy* berat memiliki level stres pengasuhan yang lebih tinggi. Level stres tertinggi adalah mereka yang memiliki anak *cerebral palsy* disertai dengan gangguan intelektual atau gangguan komunikasi (Parkes dkk, 2011). Deater-Deckard (2004), mendefinisikan stres pengasuhan sebagai serangkaian proses yang membawa pada kondisi psikologis yang tidak disukai dan reaksi psikologis yang muncul dalam upaya beradaptasi dengan tuntutan peran sebagai orang tua.

Karakteristik yang dimiliki orang tua merupakan tuntutan peran sebagai orang tua. Tuntutan peran tersebut dapat menjadi stressor tersendiri karena dibutuhkan keterampilan yang berbeda pada orang tua dalam mengasuh di setiap tahap perkembangan anak. Oleh karena itu keterampilan pengasuhan merupakan hal yang wajib dimiliki sebagai orang tua untuk mendidik dan mengasuh anak. Penelitian yang dilakukan Guyard, Michelsen, Arnaud, & Fauconnier (2017), mengemukakan bahwa 31,8 % orang tua yang tinggal dengan remaja yang mengalami *cerebral palsy* menunjukkan tingkat stres yang signifikan secara klinis dan membutuhkan bantuan profesional. Stres yang dialami orang tua pada anak *cerebral palsy* terutama terkait tingkat gangguan motor dan gangguan perilaku remaja *cerebral palsy*. Orang tua yang memiliki anak *cerebral palsy* memiliki banyak tekanan yang dialami. Penelitian Krstic, Mihic dan Mihic (2015), menyebutkan bahwa ibu yang tidak mampu menyelesaikan permasalahan terkait keadaan yang dialami anak *cerebral palsy* akan mengalami lebih banyak peristiwa penuh tekanan yang mengakibatkan ibu dapat mengalami stres ataupun depresi berat serta mengalami status fungsional anak yang buruk dibanding mereka yang mampu menyelesaikan permasalahan terkait keadaan yang dialami anak *cerebral palsy*. Emosi memegang peranan penting dalam menghadapi tingkah laku anak *cerebral palsy*. Mengalami berbagai emosi positif dan negatif dibutuhkan untuk kelangsungan hidup. Orang tua yang tidak dapat meregulasi emosi akan telah dikaitkan dengan gangguan yang lebih besar pada anak-anak (Theule, Wiener, Tannock & Jenkins, 2012). Kesulitan dalam mengatur emosi juga dapat menyebabkan peningkatan tekanan orangtua. Orang tua yang merasa tertekan dengan perilaku anak yang mengalami *cerebral palsy* cenderung akan berperilaku kasar, bersikap keras, memberikan hukuman dan kurang memberi kasih sayang. Hal ini dilakukan sebagai bentuk usaha untuk mengatasi tekanan dalam mengatasi permasalahan yang dialami dalam merawat anak. Orang tua yang melakukan tindakan keras terhadap anak cenderung kurang bisa meregulasi emosi dalam menghadapi anak *cerebral palsy*.

Regulasi emosi adalah strategi baik sadar maupun tidak sadar terkait apa yang digunakan individu untuk memodulasi respon emosional mereka dalam bentuk perasaan, perilaku, dan respon fisiologis terkait suatu kejadian (Gross, 2007). Regulasi dalam penelitian ini lebih mengarah kepada kemampuan ibu yang memiliki anak *cerebral palsy* dalam mengatur dan mengepresikan perasaan dan emosi dalam kehidupan. Hasil penelitian Spinrad, Stifter, Donelan-McCall, & Turner (2004) menunjukkan bahwa hubungan strategi regulasi emosi ibu berpengaruh positif terhadap emosional anak. Kualitas strategi ibu yang negative dapat berpengaruh tumbuhnya respon anak. Selain itu hasil penelitian Gulsrud, Jahromi & Kasari (2010) menunjukkan bahwa dalam proses pengasuhan kemampuan ibu dalam melakukan regulasi emosi dan karakteristik anak. Apabila ibu tidak dapat mengatur emosi maka akan berkaitan dengan tingkat stres ibu yang lebih tinggi dan penggunaan regulasi emosi yang akif akan berpengaruh terhadap proses pengasuhan anak.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara Regulasi Emosi dengan Stres Pengasuhan Ibu yang memiliki anak *cerebral palsy*?

## **METODE**

Populasi dalam penelitian ini adalah ibu yang memiliki anak *cerebral palsy* dan tercatat aktif mengikuti terapi di PNTC (*Pediatric and Neurodevelopmental Therapy Centre*) dan YPAC Surakarta. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *quota sampling* dengan melibatkan 30 orang untuk uji coba alat ukur dan 50 untuk penelitian. Metode pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan metode skala psikologi yang terbagi menjadi dua skala, yaitu skala stres pengasuhan dengan 37 aitem valid dan koefisiensi reliabilitas = 0,941, sedangkan skala regulasi emosi dengan total 37 aitem valid dan koefisiensi reliabilitas 0,972. Analisis data menggunakan analisis regresi linier sederhana. Proses analisa data dalam penelitian ini dibantu dengan program *Statistical Package For Science (SPSS) 16 for windows*.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Uji asumsi dilakukan dengan uji normalitas dan linearitas. Hasil uji normalitas di atas variabel Stres Pengasuhan menunjukkan nilai *Kolmogorov-Smirnov* sebesar 0,967 dengan  $p=0,307$  ( $P>0,05$ ) dan Regulasi Emosi menunjukkan nilai *Kolmogorov-Smirnov* sebesar 0,620 dengan  $p = 0,836$  ( $P>0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa stres pengasuhan dan regulasi emosi memiliki data berdistribusi normal. Hasil uji linieritas menunjukkan nilai F sebesar 12,250 dengan signifikansi  $p=.001$  ( $p < ,05$ ), dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hubungan antara regulasi emosi dan stres pengasuhan adalah linier. Hasil analisis regresi sederhana menunjukkan besarnya koefisien korelasi antara regulasi emosi dengan stres pengasuhan sebesar -0,451 dengan signifikansi 0,001. Hal ini menunjukkan ada hubungan negatif antara variabel regulasi emosi dengan variabel stres pengasuhan ibu yang memiliki anak *cerebral palsy*. Hubungan negatif menunjukkan semakin tinggi regulasi emosi maka stres pengasuhan akan semakin rendah, sebaliknya semakin rendah regulasi emosi maka stres pengasuhan akan semakin tinggi. Persamaan regresi linier menunjukkan  $Y = 122,543 - 0,477 X$ . Hal ini menunjukkan bahwa variabel stres pengasuhan mengalami perubahan berbanding terbalik sebesar 0,477 untuk setiap unit perubahan dari variabel regulasi emosi. Hasil R square menunjukkan 0,203. Hal ini berarti sumbangan efektif regulasi emosi terhadap stres pengasuhan sebesar 20,3%. Jadi stres pengasuhan dipengaruhi regulasi emosi sebesar 20,3%, sedangkan 79,7% dipengaruhi faktor lain yang tidak diungkapkan di dalam penelitian ini. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 42% ibu memiliki tingkat stres pengasuhan sangat rendah, 54% ibu memiliki tingkat stres pengasuhan rendah, 4% memiliki tingkat stres pengasuhan tinggi, dan 0% sangat tinggi. Kemudian 0% subjek berada pada kategori regulasi emosi yang sangat rendah, 4%, 74% berada pada kategori regulasi emosi tinggi dan 22% berada pada kategori regulasi emosi sangat tinggi.

### **Tabel Karakteristik Responden**

<b>Variabel</b>	<b>N %</b>	<b>Mean</b>	<b>SD</b>
<b>Usia</b>		39,98	7,263243
21-40	26 (52%)		
41-60	24 (48%)		
<b>Tingkat Pendidikan</b>			
SD	5 (10%)		
SMP	6 (12%)		
SMA	22 (44%)		
Pendidikan Tinggi	17 (34%)		

<b>Jenis Pekerjaan</b>	
Ibu Rumah Tangga	37 (74%)
Pekerja	13 (26%)
<b>Urutan Kelahiran</b>	
<b>Anak Cerebral Palsy</b>	
1	16 (32%)
2	20 (40%)
>3	14 (28%)

---

Tabel karakteristik responden menunjukkan bahwa usia responden berkisar 28 hingga 56 tahun (rata-rata usia 39,98, standar deviasi = 7,263). Tingkat pendidikan responden dikelompokkan menjadi empat tingkat yaitu SD, SMP, SMA dan Pendidikan Tinggi. Temuan ini melaporkan bahwa responden masuk dalam kelompok pendidikan SMA sebanyak 44%. Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu berstatus sebagai ibu rumah tangga 74%. Sebagian besar responden melahirkan anak dengan keadaan *cerebral palsy* pada kelahiran kedua sebanyak 40%.

Stres pengasuhan yang dialami sebagian besar ibu dalam penelitian ini berada pada kategori rendah dimungkinkan karena anak telah mengikuti terapi yang berpotensi untuk meningkatkan tumbuh kembang anak. Anak yang telah menjalani assesmen klinis rutin dapat meningkatkan persepsi positif orang tua (Kerr dkk, 2016). Persepsi positif yang dialami orang tua dapat meningkat ketika mereka menjalani terapi. Hal ini disebabkan ketika anak mengikuti terapi orang tua dapat berinteraksi dengan terapis ataupun sesama orang tua dengan keadaan yang sama, sehingga hal ini dapat membuat orang tua memiliki persepsi yang positif terhadap masa depan anak. Ibu yang memiliki anak *cerebral palsy* merasa khawatir dengan masa depan anaknya (Fajuita, 2016).

Permasalahan subjek yang mengalami stres pengasuhan tinggi terjadi pada dua orang subjek. Subjek pertama berusia 33 tahun berpendidikan SMA, berstatus sebagai ibu rumah tangga dan melahirkan anak dengan kondisi *cerebral palsy* pada kelahiran anak pertama. Subjek kedua berusia 32 tahun berpendidikan SMA, berstatus sebagai ibu rumah tangga dan melahirkan anak dengan kondisi *cerebral palsy* pada kelahiran anak pertama. Hal ini dipengaruhi usia ibu yang tergolong masih muda sehingga berpengaruh terhadap kemampuan praktek pengasuhan. Kenyataan bahwa ibu yang lebih tua telah memperoleh pengalaman hidup, kebijaksanaan, keuangan dan sosial, dan lingkungan keluarga yang lebih responsif (Bornstein, Putnick, Suwalsky, & Gini, 2006). Kedua subjek yang mengalami stres pengasuhan tinggi berstatus sebagai ibu rumah tangga. Berdasarkan hasil penelitian ini telah diuji sebelumnya di dalam penelitian Utami & Puspitadewi (2012) bahwa ibu rumah tangga memiliki tingkat stres yang lebih tinggi daripada ibu bekerja.

Permasalahan subjek yang memiliki regulasi emosi rendah terjadi pada dua orang subjek. Latar belakang dua orang subjek yang mengalami regulasi emosi rendah adalah pertama berusia 28 tahun, berpendidikan sarjana, bekerja sebagai wiraswasta dan melahirkan anak dengan kondisi *cerebral palsy* pada kelahiran anak pertama. Subjek kedua berusia 32 tahun berpendidikan SMA, berstatus sebagai ibu rumah tangga dan melahirkan anak dengan kondisi *cerebral palsy* pada kelahiran anak pertama. Subjek kedua mengalami stres pengasuhan tinggi dan juga regulasi emosi yang rendah. Regulasi emosi ibu yang berada pada kategori rendah dimungkinkan karena usia ibu yaitu 33 tahun dan 32 tahun. Berdasarkan hasil penelitian Orgeta (2009) menyatakan bahwa usia berkaitan dengan kemampuan regulasi emosi, semakin bertambah usia individu akan berpengaruh pada kemampuan regulasi emosi yang semakin baik.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan negatif antara variabel regulasi emosi dengan variabel stres pengasuhan ibu yang memiliki anak *cerebral palsy*. Kesimpulan tersebut berarti bahwa semakin tingginya regulasi emosi maka semakin rendah pula stres pengasuhan ibu, demikian pula sebaliknya bahwa semakin rendah regulasi emosi ibu maka semakin tinggi pula stres pengasuhan ibu dengan anak *cerebral palsy*. Regulasi emosi memberikan sumbangan sebesar 20,3 % pengaruh terhadap stres pengasuhan dan sisanya sebesar 79,7 % disebabkan oleh faktor lain yang tidak diungkapkan dalam penelitian ini.

Setelah hasil penelitian diperoleh, maka peneliti dapat memberikan beberapa saran pada pihak terkait, yaitu :

1. Bagi subjek
  - a. Regulasi emosi berperan dalam menghadapi stres pengasuhan ibu dengan anak *cerebral palsy*. Adapun saran dari peneliti agar ibu dapat terus mempertahankan regulasi emosi yang dimiliki misalnya dengan mengikuti seminar, menjalin hubungan yang lebih luas dan intens dengan teman maupun keluarga.
  - b. bagi subjek yang memiliki regulasi emosi kurang dan mengalami stres pengasuhan yang tinggi diharapkan dapat *sharing* dan berkumpul dengan para ibu-ibu yang mengalami kondisi yang sama sehingga dapat meringankan beban yang dihadapinya.
  - c. bagi ibu yang memiliki anak *cerebral palsy* supaya memperbanyak informasi mengenai kelainan yang dialami anak agar ibu mampu mengatasi permasalahan yang dihadapi dalam proses pengasuhan.
2. Bagi institusi Penelitian YPAC Surakarta dan PNTC  
Diharapkan dapat membuat wadah *sharing* perkumpulan ibu-ibu yang didalamnya rutin membahas berbagai macam ilmu untuk mengasuh anak berkebutuhan khusus. Seperti mengadakan berbagai pelatihan dan seminar untuk ibu.
3. Bagi peneliti selanjutnya
  - a. Peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti topik ini, disarankan untuk lebih memperhatikan dan mengantisipasi keterbatasan penelitian ini agar nantinya hasil yang diperoleh dapat maksimal.
  - b. Penelitian selanjutnya diharapkan meneliti pada subjek yang memiliki stres pengasuhan tinggi dengan kualitatif.

## DAFTAR PUSTAKA

- Bornstein, M. H., Putnick, D. L., Suwalsky, J. T. D., & Gini, M. (2006). Maternal chronological age, prenatal and perinatal history, social support, and parenting of infants. *Child Development*, 77, 875–892. doi:10.1111/j.1467-8624.2006.00908.x
- Chiarello, L. A., Palisano, R. J., Maggs, J. M., Orlin, M. N., Almasri, N., Kang, L. J., & Chang, H. J. (2016). Family priorities for activity and participation of children and youth with cerebral palsy. *Physical therapy*, 90(9), 1254-1264. doi : 10.2522/ptj.20090388
- Deater-deckard, K. (2004). *Parenting stress*. London : Yale University.
- Eisenhower AS, Baker BL, Blacher J., (2005). Preschool children with intellectual disability : Syndrome specificity, behaviour problems, and maternal well-being. *J Intellect Disability Res.* 49:657-671. doi: 10.1111/j.1365-2788.2005.00699.x
- Fajuita, A.A. (2016). Sikap ibu yang memiliki anak *cerebral palsy* ditinjau berdasarkan *parental acceptance rejection*. Diunduh dari <http://repository.uksw.edu/handle/123456789/9330>
- Gross, J. J. ( 2007). *Handbook of emotion regulation*. New York : Guilford Press

- Gulsrud, A.C., Jahromi L.B., & Kasar, C. (2010) The co-regulation of emotions between mothers and their children with autism. *Autism Dev Disord* (2010) 40:227–237. doi : 10.1007/s10803-009-0861-
- Guyard, A., Michelsen, S.I., Arnaud, C., & Fauconnier. (2017). Family adaptation to *cerebral palsy* in adolescent : A European Multicenter study. *Research in Development*, 61, 138-150. doi : 10.1016/j.ridd.2016.11.010
- Kertamuda, Fatchiah E. (2009). *Konseling pernikahan untuk keluarga indonesia*. Jakarta : Salemba Humanika.
- Kerr, C., Imms, C., Foley, S., Shields, N., Evans, K., & Reddihough, D. (2016). Parent perceptions of routine clinical assessment for children with cerebral palsy. *Physiotherapy*, 102S eS67–eS282. doi : 10.1016/j.physio.2016.10.303
- Krstic., Mihic, L., & Mihic, I. (2015). Stress and resolution in mothers of children with cerebral palsy. *Research in Developmental Disabilities*, 47, 135–143. doi : 10.1016/j.ridd.2015.09.009
- Orgeta, V. (2009). Specificity of age differences in emotion regulation. *Aging & Mental Health*, 13:6, 818-826, doi : 10.1080/13607860902989661
- Parkes, J., Caravale, B., Marcelli, M., Franco, F., Colver, A. (2011). Parenting stress and children with cerebral palsy: a European cross-sectional survey. *Developmental Medicine & Child Neurology*. 815-821. doi : 10.1111/j.1469-8749.2011.04014.x
- Seok, P.M., Youb, C.C., Min, K.L., Hyuk, K.S. Ho, I.S., Won, T.M., (2012). Parenting stress in parents of children with cerebral palsy and its association with physical function. *Journal of Pediatric Orthopaedics B*: 21 (5) p 452-456. doi: 10.1097/BPB.0b013e32835470c0
- Spinrad, T. L., Stifter, C. A., Donelan-McCall, N. and Turner, L. (2004), Mothers' Regulation Strategies in Response to Toddlers' Affect: Links to Later Emotion Self-Regulation. *Social Development*, 13: 40–55. doi:10.1111/j.1467-9507.2004.00256.x
- Theule, J., & Wiener, J., & Rogers, M. (2011). Predicting parenting stress in families of children with ADHD: Parent and contextual factors. *Journal of Child and Family Studies*. 20 (5), 640–647. doi : 10.1007/s10826-010-9439-7
- Utami, P.L & Puspitadewi, N.W.S (2012). Perbedaan tingkat stres ditinjau dari *empty nest syndrome* dan status ibu. Diunduh dari <http://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/article/9672/17/article.pdf>
- Vijesh, P, V., & Sukumaran, P, S. (2007). Stress among mothers of children with cerebral palsy attending special schools. *Asia Pasific Disability Rehabilitation Journal*, 76 18 (1), 1-22. diunduh dari <http://english.aifo.it/disability/apdrj/apdrj107/cpalsy-vijesh.pdf>