

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Anak dengan kebutuhan khusus (ABK) adalah orang-orang yang mengalami gangguan atau kecacatan pada kondisi fisik yang dapat mempengaruhi aktivitas. Anak-anak dengan kebutuhan khusus untuk hidup mandiri memerlukan dukungan sosial, bantuan fasilitas, dan Pendidikan. Namun anak berkebutuhan khusus tidak serta merta mempunyai kelainan mental, emosional, atau fisik, mereka adalah anak yang memiliki ciri-ciri khusus yang membedakannya dengan anak-anak lainnya. Yang termasuk anak berkebutuhan khusus antara lain: tunanetra, tunarungu, tunagrahita, tunadaksa, tunalaras, kesulitan belajar, gangguan perilaku, anak berbakat, anak dengan gangguan kesehatan (Amlasasih, 2016).

Menurut *World Health Organization* (WHO), pada tahun 2023, diperkirakan sekitar 16% dari populasi dunia merupakan penyandang disabilitas, termasuk anak-anak yang memiliki kebutuhan khusus. WHO juga menekankan bahwa penyandang disabilitas sering menghadapi hambatan dalam mengakses layanan kesehatan dan pendidikan yang berkualitas (WHO, 2023). Di Indonesia, jumlah ABK yang mengakses pendidikan masih menjadi tantangan. Jumlah anak berkebutuhan khusus mengalami peningkatan sebanyak 37,4 % sejak tahun 2017. Dari Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak, jumlah anak berkebutuhan khusus tercatat sekitar 1,5 juta, sedangkan PBB secara umum memperkirakan setidaknya 10% anak usia sekolah mempunyai kebutuhan khusus. Berdasarkan data statistik yang dirilis Kementerian Koordinator Pembangunan Manusia dan Kebudayaan pada Juni 2022, persentase anak penyandang disabilitas usia 5 hingga 19 tahun di Indonesia adalah 3,3%. Pada saat ini jumlah penduduk mencapai 66,6 juta jiwa. Jumlah anak penyandang disabilitas usia 5 hingga 19 tahun berjumlah sekitar 2.197.833 jiwa.

Menurut data Kementerian Pendidikan dan Keterampilan bulan Agustus 2021, terdapat 269.398 siswa di sekolah berkebutuhan khusus (SLB) dan jalur inklusif (Syarifah, 2023). Selain itu, dari data Referensi Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan mencatat bahwa terdapat 266 layanan atau program SLB di DI. Yogyakarta. Khususnya di Kabupaten Sleman tercatat ada 29 SLB, dimana terdiri dari 1 (3,45%) SLB milik pemerintah (Negeri) dan 28 (96,55%) milik swasta. Jika ditinjau dari status akreditasi, terdapat 7 (24,14%) SLB di Kabupaten Sleman sudah terakreditasi A, 3 (10,34%) SLB terakreditasi B, 0 (0,00%) SLB terakreditasi C dan sisanya belum terakreditasi (65,52%). Kemudian jika ditinjau dari standarisasi, ada 1 (3,45%) SLB di Kabupaten Sleman, sudah memiliki sertifikasi ISO 9001:2000, 0 (0,00%) memiliki sertifikasi ISO 9001:2008 dan sisanya belum tersertifikasi (96,55%). (kemdikbud, daftasr sekolah, 2021).

Menurut Safaria et al. (2021) menyatakan bahwa sekitar 75% ibu dari anak penyandang disabilitas mengalami tekanan psikologis yang signifikan. Kekhawatiran yang terus-menerus tentang masa depan anak-anaknya, ketidakpastian dalam mengakses layanan pendukung, dan minimnya keterlibatan keluarga menjadi faktor-faktor pemicu utama. Jika stres ini tidak ditangani dengan baik, dapat berdampak pada munculnya gangguan mental seperti depresi, kecemasan berlebih, bahkan kelelahan emosional yang berlarut-larut.

Stres yang dialami orang tua dengan anak berkebutuhan khusus merupakan salah satu masalah yang harus ditangani, meningkatnya stress pada orang tua tidak hanya berdampak pada diri mereka sendiri, tetapi juga mempengaruhi proses pengasuhan dan perkembangan anak. Ketika orang tua berada dalam tekanan psikologis yang tinggi, kemampuan mereka untuk memberikan pengasuhan yang optimal dapat terganggu. Hal ini berdampak pada keterlambatan perkembangan sosial, emosional, bahkan akademik anak. Studi oleh Fitriyani & Puspitasari (2022) menyatakan bahwa tingkat stres orang tua

berkorelasi negatif dengan keterlibatan mereka dalam terapi anak, yang pada akhirnya menurunkan efektivitas program intervensi.

Stres merupakan kondisi yang muncul ketika seseorang merasa tidak mampu menghadapi tekanan, baik secara fisik maupun emosional. Dalam lingkup pengasuhan, orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus (ABK) umumnya menghadapi tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan dengan orang tua dari anak-anak yang tidak memiliki kebutuhan khusus. Hal ini disebabkan oleh beragam tantangan, seperti keterbatasan kemampuan anak, biaya perawatan dan terapi yang tinggi, serta kurangnya dukungan sosial dari lingkungan sekitar. Situasi tersebut seringkali diperparah oleh stigma masyarakat terhadap kondisi anak mereka, yang membuat beban emosional orang tua semakin berat. (Putri & Hartini, 2020).

Pemilihan strategi coping sangat penting dalam menentukan perkembangan anak sehingga setiap orang tua menggunakan strategi yang berbeda. Selain itu dampak yang dirasakan seorang ibu dengan anak berkebutuhan khusus antara lain kesedihan, depresi, kemarahan, dan ketidakmampuan menerima keadaan anaknya. Para ibu khawatir tentang masa depan anak-anak mereka dan berprasangka buruk. Anak berkebutuhan khusus merupakan salah satu dari sumber stres bagi ibu, sehingga diperlukan metode berbeda untuk menanganinya dengan menghilangkan stres yang diderita atau dihadapinya. (Putri et al., 2019).

Menurut penelitian Sary, ddk (2023) menyatakan bahwa pemberian strategi coping memiliki pengaruh terhadap penurunan kelelahan emosional yang dihadapi oleh orang tua dengan anak berkebutuhan khusus difabel. Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Minarti (2018) yang memperlihatkan bahwa orang tua dengan anak difabel yaitu menggunakan coping yang berfokus pada emosi sebanyak 18 orang dengan persentase (75%). Hal ini diperlihatkan dengan strategi coping yang digunakan individu berfokus pada emosi untuk mencegah emosi negatif dapat menguasai dirinya dan untuk

mencegah terjadinya kesalahan yang fatal. Koping yang berfokus pada emosi mengarahnya lebih ke mengontrol respon emosi yang mengacu pada stress.

Coping merujuk pada upaya kognitif yang dilakukan individu untuk mengelola berbagai tuntutan, baik yang bersifat internal maupun eksternal, yang berpotensi menimbulkan stres. Setiap individu menerapkan strategi koping yang unik dalam menghadapi tekanan (Maryam, 2017). Dalam tinjauan literatur ini, kami bertujuan untuk mengeksplorasi strategi koping yang digunakan oleh orang tua dengan anak berkebutuhan khusus. Pengasuhan anak berkebutuhan khusus memerlukan penerapan koping adaptif, yang melibatkan pemecahan masalah melalui proses kognitif, afektif, dan psikomotorik. Contohnya termasuk berdiskusi dengan orang lain untuk mencari solusi, memanfaatkan pembelajaran dari pengalaman masa lalu, serta merumuskan berbagai tindakan untuk mengelola situasi. Di sisi lain, orang tua dengan anak berkebutuhan khusus juga kerap menunjukkan koping maladaptif yang dapat memunculkan respons negatif, seperti mekanisme pertahanan diri, respons verbal, perilaku agresif, dan penarikan diri (Hidayat dkk., 2021).

Orang tua memiliki peran utama dalam pengasuhan, perawatan, serta pendidikan anak. Sebagai pihak yang paling bertanggung jawab, orang tua berperan dalam memenuhi kebutuhan fisik, emosional, sosial, dan pendidikan anak sejak dini. Meskipun tanggung jawab pengasuhan dibagi antara ayah dan ibu, sering kali peran ibu lebih dominan dalam perawatan anak sehari-hari (Sujito, 2017). Tanggung jawab ini menjadi jauh lebih rumit bagi orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Mereka tidak hanya menghadapi tantangan dalam memenuhi kebutuhan dasar anak, tetapi juga harus mengatasi berbagai hambatan dalam aspek pendidikan, sosial, dan emosional. Tekanan yang lebih besar dalam pengasuhan ini sering kali menimbulkan parenting stress, yaitu tekanan psikologis yang dapat berdampak negatif pada kesejahteraan orang tua, hubungan mereka dengan anak, serta perkembangan anak itu sendiri (Wahyudi, 2020).

Masalah stres pada orang tua ABK menjadi penting untuk diteliti karena memiliki dampak sistemik, baik terhadap kesejahteraan keluarga, efektivitas pendidikan inklusif, hingga intervensi kesehatan mental. Sebagaimana dijelaskan oleh Sari et al. (2023), jika stres orang tua tidak ditangani secara serius, maka akan memunculkan siklus stres berulang dalam keluarga, memperburuk komunikasi, dan menurunkan stabilitas emosi anak. Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan data empiris yang berguna untuk merancang program intervensi psikososial yang sesuai dengan kebutuhan orang tua ABK di Indonesia.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 09 Maret 2025, peneliti mendapat data dari bagian Kesiswaan SLB Yapenas mengenai jumlah siswa disekolah tersebut sebanyak 46 siswa dari jenjang SD sampai SMA. Melalui wawancara yang sudah dilakukan peneliti dengan bagian kesiswaan didapatkan bahwa sudah ada penelitian tentang stress, namun belum ada penelitian yang secara spesifik membahas “Hubungan Stress Terhadap Koping Stres pada Orang Tua dengan Anak Berkebutuhan Khusus di SLB Yapenas Condongcatur”.

Penelitian ini memiliki nilai kebaruan karena secara spesifik menganalisis hubungan antara tingkat stres yang dialami orang tua ABK dan strategi koping yang mereka gunakan, khususnya pada lingkungan SLB Yapenas Condongcatur di Yogyakarta. Hingga saat ini, belum ditemukan penelitian terdahulu yang membahas secara spesifik hubungan kedua variabel ini di lokasi tersebut. Sebagian besar studi sebelumnya hanya meneliti tingkat stres tidak sampai pada hubungan sebab-akibat antara stres dan koping stres. Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmiah yang bermakna, baik secara praktis maupun teoretis.

Pemilihan SLB Yapenas Condongcatur sebagai lokasi penelitian didasarkan pada hasil observasi awal yang menunjukkan bahwa sekolah ini memiliki keragaman jenis kebutuhan khusus dan jumlah siswa yang cukup representatif.

Selain itu, belum ada program pendampingan psikologis yang berkelanjutan bagi orang tua siswa, meskipun tekanan psikologis yang mereka alami cukup tinggi. Kondisi ini menjadikan SLB Yapenas sebagai tempat yang relevan untuk mengkaji tingkat stres dan strategi koping orang tua dalam konteks pendidikan luar biasa.

Dari hasil wawancara yang dilakukan secara langsung terhadap lima orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus di SLB Yapenas Condongcatur pada tanggal 20 Mei 2025, didapatkan bahwa tiga di antaranya mengalami stres pengasuhan yang cukup tinggi. Stres ini muncul sebagai respons terhadap kesulitan dalam menyelesaikan berbagai permasalahan yang berkaitan langsung dengan peran mereka sebagai pengasuh utama anak. Para orang tua mengungkapkan adanya tekanan emosional yang dipicu oleh kurangnya dukungan sosial, termasuk pengalaman dicemooh oleh lingkungan sekitar karena kondisi anak mereka. Secara fisik dan mental, para orang tua melaporkan kelelahan, sering merasa pusing, dan memiliki waktu yang sangat terbatas untuk mengurus kebutuhan pribadi. Hal ini terjadi karena perhatian dan tenaga lebih banyak difokuskan pada anak. Orang tua juga menyatakan bahwa perilaku anak yang sulit diatur, kurang mandiri, terlalu aktif, serta tidak mampu mengikuti arahan atau perintah menjadi sumber stres tersendiri. Anak cenderung sangat bergantung pada orang tua untuk menjalani aktivitas dasar seperti makan, sehingga semakin menambah beban pengasuhan. Maka dari itu peneliti tertarik untuk meneliti “Hubungan Stress Terhadap Koping Stres pada Orang Tua dengan Anak Berkebutuhan Khusus di SLB Yapenas Condongcatur”

1.2 Rumusan masalah

Apakah ada hubungan stres terhadap koping stres pada orang tua dengan anak berkebutuhan khusus di SLB Yapenas Condongcatur.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan umum

1.3.1.1 Untuk mengetahui hubungan stres terhadap koping stres pada orang tua dengan anak berkebutuhan khusus di SLB Yapenas Condongcatur.

1.3.2 Tujuan khusus

3.1.2.1 Mengetahui gambaran karakteristik responden yaitu meliputi usia, jenis kelamin, pendidikan dan pekerjaan pada orang tua dengan anak berkebutuhan khusus di SLB Yapenas Condongcatur.

1.3.2.2 Mengetahui gambaran tingkat stres pada orang tua dengan anak berkebutuhan khusus di SLB Yapenas Condongcatur.

1.3.2.3 Mengetahui gambaran koping stres pada orang tua dengan anak berkebutuhan khusus di SLB Yapenas Condongcatur.

1.3.2.4 Mengetahui hubungan stres terhadap koping stres pada orang tua dengan anak berkebutuhan khusus di SLB Yapenas Condongcatur.

1.4 Manfaat penelitian

1.4.1 Manfaat akademis

1.4.1.1 Dapat dijadikan bahan kajian akademik bagi mahasiswa dan akademisi yang tertarik dalam bidang kesehatan mental, psikologi keluarga, serta pendidikan inklusif.

1.4.2 Manfaat praktis

1.4.2.1 Bagi orang tua

Penelitian ini diharapkan dapat membantu orang tua dalam mengenali tingkat stres yang mereka alami serta memahami cara-cara menghadapi stres secara lebih efektif saat mengasuh anak berkebutuhan khusus

1.4.2.2 Bagi pihak SLB

Hasil penelitian dapat dimanfaatkan oleh pihak sekolah sebagai dasar untuk menyusun program atau kegiatan pendampingan psikologis yang dapat mendukung orang tua dalam menjalani perannya.

1.4.2.3 Bagi institusi

Penelitian ini juga dapat menjadi bahan pertimbangan dalam merancang program atau kebijakan yang mendukung ketahanan psikologis keluarga yang memiliki anak dengan kebutuhan khusus.