

## TINGKAT STRES IBU YANG MEMILIKI ANAK PENYANDANG RETARDASI MENTAL

**Bania Maulina**

Dosen Fakultas Kedokteran, Universitas Islam Sumatera Utara  
Jl. STM, SukaMaju, Medan, Telp 061-4572733, 4143491

### ABSTRACT

Stress appraisals could include harm/loss, such as loss of a loved or valued person. The others one will appear related birth of physically or mentally handicapped children. Mental retardation is one of them. This research was a descriptive study with used self report method, included scale to find out mothers' level of stress that have mentally retarded child. Scaled included some statements that was arranged according individual psychological reactions to stressful situations (Atkinson, 2000). This research was done to 40 mothers that had child with mild or moderate mentally retarded, aged between 2-12 years old. The result found that 55 percentage mothers experienced stress in high category.

**Keywords:** Level of Stress, Mental Retardation

### PENDAHULUAN

Anak merupakan karunia terbesar yang diberikan sang pencipta kepada manusia. Dalam menciptakan manusia, Allah mempunyai rahasia tersendiri, ada yang dilahirkan normal dan ada pula yang dilahirkan tidak normal. Anak-anak yang dilahirkan tidak normal dapat juga dikatakan sebagai anak cacat (Azwar, 1999).

Memiliki anak yang normal merupakan keinginan setiap orangtua, tetapi ketika keinginan orangtua tersebut tidak terpenuhi maka akan menjadi masalah bagi orangtua. Memiliki anak cacat ternyata tidak hanya membutuhkan biaya yang besar tetapi hal ini juga dapat memberi dampak psikologis tertentu bagi orangtua (Pramono, 1996).

Perasaan senang, bahagia dan bangga yang dirasakan orangtua saat anak lahir kini berubah menjadi perasaan

marah, menolak, perasaan sedih, malu, merasa bersalah, cenderung mengasihani diri sendiri dan depresi (Telford & Sawrey dalam Mangunsong, dkk, 1998). Orangtua juga merasa tidak percaya diri, merasa tidak berdaya dan kehilangan harapan-harapan yang realistis karena kehadiran anak yang tidak sesuai dengan harapan.

Salah satu bentuk kecacatan yang sering dijumpai adalah retardasi mental. Menurut PBB, hingga tahun 2000 diperkirakan sekitar 500 juta orang di dunia mengalami kecacatan dan 80 persen dijumpai di negara-negara berkembang. Di Amerika Serikat, setiap tahun dilahirkan sekitar 3000-5000 anak penyandang retardasi mental. Data statistik tahun 2004 menunjukkan bahwa sekitar 1-3 persen penduduk Indonesia menderita retardasi mental. Rasio penyandang retardasi mental pada laki-laki dan perempuan di Indonesia adalah 3:2.

Hal ini berarti bahwa kemungkinan laki-laki menderita retardasi mental lebih besar daripada kemungkinan perempuan menderita retardasi mental.

Dengan kelahiran seorang anak maka setiap anggota keluarga akan menjalankan peran dan fungsi tertentu (Simbolon, 1998). Seorang pria akan menjalani peran sebagai seorang ayah dan berfungsi sebagai pencari nafkah sedangkan seorang wanita akan menjalani peran sebagai ibu yang berfungsi sebagai pengurus rumah tangga serta memelihara, menuntun dan mendidik anak-anak (Kartono, 1992).

Menjalani peran sebagai seorang ibu ternyata dapat menyebabkan individu mengalami stres. Peran ibu sebagai individu yang bertanggung jawab dalam memelihara, menuntun dan mendidik anak dapat menyebabkan ibu mengalami stres yang lebih besar daripada peran ibu sebagai pengurus rumah tangga. Hal ini diperkuat oleh Noppe & Noppe (dalam Muslow, dkk, 2002) bahwa peran wanita

sebagai ibu yang berfungsi dalam memelihara, menuntun dan mendidik anak merupakan penyebab utama timbulnya stres.

Peran wanita sebagai seorang ibu merupakan sumber stres tersendiri dan stres akan semakin besar jika ibu memiliki anak penyandang cacat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu yang memiliki anak cacat cenderung mengalami stres yang lebih besar daripada ibu yang memiliki anak normal (Adams, 1999). Stres pada ibu yang memiliki anak penyandang cacat, khususnya retardasi mental berhubungan dengan permasalahan perilaku anak tersebut. Hal ini diperkuat oleh Walker (1989) bahwa permasalahan perilaku anak penyandang retardasi mental dapat menyebabkan ibu mengalami stres.

#### Metode dan Instrumen

Penelitian deskriptif ini dilaksanakan di sekolah luar biasa yang berstatus C (SLB C) Santa Lucia yang terletak di jalan Sindoro dan YPAC Adinegoro yang terletak di jalan Adinegoro. Untuk mengukur tingkat stres ibu digunakan skala stres, yang disusun berdasarkan reaksi-reaksi psikologis individu terhadap situasi stres yang dikemukakan oleh Atkinson (2000). Terdapat 48 pernyataan yang dianggap memenuhi kriteria, dengan

nilai reliabilitas sebesar 0.9181 dengan nilai validitas item yang bergerak dari - 0.4441 – 0.8123.

#### Subjek Penelitian

Sebanyak 40 orang ibu yang memiliki anak penyandang retardasi mental, berusia 2-12 tahun dan berada pada kategori retardasi mental ringan (*mild*) atau retardasi mental sedang (*moderate*) terlibat dalam penelitian ini. Penelitian menggunakan pendekatan purposif, dimana subjek penelitian tidak diambil secara acak, tetapi dipilih menurut kriteria yang telah ditentukan.

### HASIL PENELITIAN

#### 1. Kategorisasi Tingkat Stres pada Ibu yang Memiliki Anak Penyandang Retardasi Mental

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas ibu yang memiliki anak penyandang retardasi mental ringan dan sedang mengalami stres dalam kategori rendah. Secara rinci dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian McCubbin, dkk (dalam Little, 2002) bahwa ibu yang memiliki anak penyandang retardasi mental cenderung mengalami stres yang lebih besar daripada pasangan hidupnya (suami).

Tabel 1. Kategorisasi Stres Ibu yang Memiliki Anak Penyandang Retardasi Mental

Variabel	Kategori	Skor	Jumlah subjek (N)	Persentase
Stres	Rendah	$87 < X < 110$	18	45 %
	Tinggi	$111 < X < 144$	22	55 %
	Total	-	40	100 %

#### 2. Gambaran Tingkat Stres Ibu dari Anak Penyandang Retardasi Mental ditinjau dari Pekerjaan

Penelitian ini juga menemukan tingkat stres ibu ditinjau dari beberapa aspek, yaitu pekerjaan dan pendidikan terakhir, usia dan tingkat keparahan anak. Ditinjau dari pekerjaan ibu, secara rinci dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Berdasarkan tabel menunjukkan bahwa mean skor stres tertinggi pada ibu

yang bekerja sebagai pegawai negeri yaitu sebesar 116 dan mean skor stres terendah pada ibu yang tidak bekerja atau hanya sebagai ibu rumah tangga saja adalah sebesar 110.30. Dapat dikatakan bahwa stres pada ibu yang bekerja lebih besar daripada stres pada ibu yang tidak bekerja atau hanya sebagai ibu rumah tangga saja.

Tabel 2. Tingkat Stres Ibu ditinjau dari Pekerjaan

Pekerjaan	N	Nilai Min	Nilai Maks	Mean	Standar Deviasi	Kategori
Ibu rumah tangga	36	87	144	110.30	13.20	Stres rendah
Pegawai negeri	4	108	125	116.00	7.87	Stres tinggi

### 3. Gambaran Tingkat Stres Ibu dari Anak Penyandang Retardasi Mental ditinjau dari Pendidikan Terakhir

Berdasarkan pendidikan terakhir ibu, diperoleh data seperti yang tertuang pada table dibawah ini :

Berdasarkan tabel 3 dapat dilihat bahwa mean skor stres tertinggi pada ibu dengan pendidikan terakhir D3 yaitu

sebesar 114.67 dan mean skor stres terendah pada ibu dengan pendidikan terakhir SD yaitu sebesar 103.33. Hal ini berarti ibu dengan pendidikan terakhir D3 mengalami stres dalam kategori paling tinggi jika dibandingkan dengan ibu dengan pendidikan terakhir SMU, S1, SLTP dan SD.

Tabel 3. Tingkat Stres Ibu ditinjau dari Pendidikan Terakhir

Pendidikan Terakhir	N	Nilai Min	Nilai Maks	Mean	Standar Deviasi	Kategori
SD	3	92	111	103.33	10.02	Stres rendah
SLTP	8	91	123	108.37	11.34	Stres rendah
SMU	22	87	144	112.50	14.66	Stres tinggi
D3	3	108	123	114.67	9.07	Stres tinggi
S1	4	99	120	109.75	9.88	Stres rendah

### 4. Gambaran Tingkat Stres Ibu dari Anak Penyandang Retardasi Mental ditinjau dari Jenis Kelamin Anak

Selanjutnya, penelitian ini juga memaparkan tentang gambaran stres ibu ditinjau dari jenis kelamin anak dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Dari tabel 4 dapat dilihat bahwa mean skor stres tertinggi pada Ibu yang memiliki anak penyandang retardasi mental dengan jenis kelamin perempuan, yaitu

sebesar 113.40 dan mean skor terendah pada ibu yang memiliki anak penyandang retardasi mental dengan jenis kelamin laki-laki yaitu sebesar 109.36. Hal ini berarti stres pada ibu yang memiliki anak penyandang retardasi mental dengan jenis kelamin perempuan lebih besar daripada stres pada ibu yang memiliki anak penyandang retardasi mental dengan jenis kelamin laki-laki.

Tabel 4. Tingkat Stres Ibu ditinjau dari Jenis Kelamin Anak

Jenis kelamin anak	N	Nilai Min	Nilai Maks	Mean	Standar Deviasi	Kategori
Perempuan	15	90	144	113.40	14.41	Stres tinggi
Laki-laki	25	87	135	109.36	11.79	Stres rendah

### 5. Gambaran Tingkat Stres Ibu dari Anak Penyandang Retardasi Mental ditinjau dari Tingkat Keparahan Anak

Sedangkan gambaran stres ibu ditinjau dari tingkat keparahan anak (kategori retardasi mental ringan atau retardasi mental sedang), secara rinci dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 5 menunjukkan bahwa mean skor stres tertinggi pada ibu yang memiliki anak penyandang retardasi mental dengan tingkat keparahan ringan (*mild*)

yaitu sebesar 111.32 dan mean skor terendah pada ibu yang memiliki anak penyandang retardasi mental dengan tingkat keparahan sedang (*moderate*) yaitu sebesar 109.83. Hal ini berarti stres pada ibu yang memiliki anak penyandang retardasi mental dengan kategori retardasi mental ringan (*mild*) lebih besar daripada stres pada ibu yang memiliki anak penyandang retardasi mental dengan kategori retardasi mental sedang (*moderate*).

Tabel 5. Tingkat Stres Ibuditinjau dari Tingkat Keparahan Anak (Kategori Retardasi Mental Ringan atau Retardasi Mental Sedang)

Tingkat keparahan Anak	N	Nilai Min	Nilai Maks	Mean	Standar Deviasi	Kategori
Kategori ringan	28	91	144	111.32	13.39	Stres tinggi
Kategori sedang	12	87	126	109.83	11.82	Stres rendah

### DISKUSI

Ada beberapa hasil dari penelitian ini yang dapat dijadikan bahan acuan bagi peneliti selanjutnya.

Ditinjau dari jenis kelamin anak, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa stres pada ibu yang memiliki anak penyandang retardasi mental dengan jenis kelamin anak perempuan lebih besar daripada stres pada ibu yang memiliki anak penyandang retardasi mental dengan jenis kelamin anak laki-laki. Hal ini bertentangan dengan pendapat Tunali & Powers (dalam Little, 2002) bahwa jika ditinjau dari jenis kelamin anak maka ibu dari anak laki-laki mengalami stres yang lebih besar daripada ibu dari anak perempuan. Hal ini terjadi karena ada hubungan antara jenis kelamin anak dengan interaksi orangtua. Keterlibatan seorang ibu (seperti interaksi ibu-anak) terhadap anak perempuan lebih besar daripada keterlibatan seorang ibu terhadap anak laki-laki (Lamb, dkk dalam McBride, 2002) dan keterlibatan seorang ibu (seperti interaksi ibu-anak) dapat menyebabkan ibu mengalami stres (Pleck dalam Muslow, 2002).

Ditinjau dari tingkat keparahan anak, hasil penelitian menunjukkan bahwa stres pada ibu yang memiliki anak penyandang retardasi mental dengan kategori ringan (*mild*) lebih stres daripada stres pada ibu yang memiliki anak penyandang retardasi mental pada kategori sedang (*moderate*). Hal ini bertentangan dengan pendapat Floyd & Gallagher (1997) bahwa kategori retardasi mental sedang (*moderate*) dihubungkan dengan level stres yang tinggi dan kategori retardasi mental ringan (*mild*) dihubungkan dengan level stres yang rendah. Hal ini terjadi karena ada faktor lain selain ketidakmampuan anak yang mempengaruhi stres pada ibu. Faktor lain tersebut adalah temperamen anak. Hal ini sejalan dengan pendapat Gelfand, dkk (dalam McBride, 2002)

bahwa temperamen anak yang buruk dapat menyebabkan seorang ibu mengalami stres.

### KESIMPULAN

Berdasarkan hasil yang diperoleh dalam penelitian ini, maka dapat dibuat kesimpulan bahwa mayoritas ibu yang memiliki anak penyandang retardasi mental mengalami stres dalam kategori tinggi.

### DAFTAR PUSTAKA

- Adams, Rebecca A., dkk. 1999. Maternal stress in caring for children with feeding disabilities: Implications for health care providers. *Journal of the American Dietetic Association*, 99,5 [On-line]. Available FTP: [proquest.com/pqdauto.htm](http://proquest.com/pqdauto.htm).
- Atkinson, Rita L., dkk. 2000. Hilgard's Introduction to Psychology. (13<sup>th</sup> ed.). Editor: Smith, Carolyn D. Harcourt College Publishers.
- Azwar, Saifuddin, 1999. Pengantar psikologi inteligensi (Cetakan II). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Floyd, Frank J., Erin M. Gallagher. 1997. Parental stress, care demands, and use of support services for school age children with disabilities and behavior problems. *Journal of Family Relations*, 46,4 [On-line]. Available FTP : [proquest.com/pqdauto.htm](http://proquest.com/pqdauto.htm).
- Kartono, Kartini. 1992. Psikologi wanita: Mengenal wanita sebagai ibu dan nenek (Jilid 2). Bandung: Mandar Maju.

- Little, Liza. 2002. Differences in stress and coping for mothers and fathers of children with Asperger's syndrome and nonverbal learning disorders, *Journal of Pediatric Nursing*,.28,565[On-line]. Available FTP: [proquest.com/pqdauto.htm](http://proquest.com/pqdauto.htm).
- Mangunsong, Frida, dkk. 1998. Psikologi dan pendidikan anak luar biasa (Cetakan I). Jakarta: LPSP3 UI.
- McBride, Brent A., dkk. 2002. Child characteristics, parenting stress, and parental involvement: Fathers Versus mothers, *Journal of Marriage and Family*,1.64,.998 [On-line]. Available FTP:[proquest.com/pqdauto.htm](http://proquest.com/pqdauto.htm).
- Muslow, Miriam, dkk. 2002. Multilevel factors influencing maternal stress during the first three years. *Journal of Marriage and Family*. Minneapolis, 64,944 [On-line]. Available FTP:[proquest.com/pqdauto.htm](http://proquest.com/pqdauto.htm).
- Pramono, Dwi. 1996, 9 Februari. Anakkucacatbibir. Ayahbunda.
- Simbolon, M. Joesoef. 1998. Stress pada anak dan remaja. *Akademia* Vol. 2. Medan: Universitas Islam Sumatera Utara.
- Walker, L.A, dkk. 1989. The role of maternal employment and depression in the psychological adjustment of chronically ill, mentally retarded and well children, *Journal of Pediatric Psychiatry*, 14, 357-370 [On-line]. Available FTP: [ask.com](http://ask.com)