

**PENGARUH KOPING STRES TERHADAP TINGKAT STRES
ORANG TUA YANG MEMILIKI ANAK TUNAGRAHITA DI
SLB PUTRO OYOTASIH GEDAREN JATINOM KLATEN
TAHUN PELAJARAN 2022/2023**

SKRIPSI

Disusun untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana
Strata Satu Kependidikan Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar



Disusun Oleh :
EVA SOFYA RAMADHANIA
NIM. 2115100052

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS WIDYA DHARMA KLATEN
2023**

HALAMAN PERSETUJUAN

PENGARUH KOPING STRES TERHADAP TINGKAT STRES ORANG TUA YANG MEMILIKI ANAK TUNAGRAHITA DI SLB PUTRO OYOTASIH GEDAREN JATINOM KLATEN TAHUN PELAJARAN 2022/2023

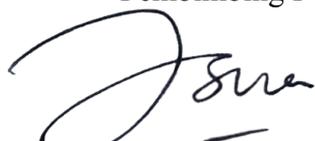
Disusun Oleh:

EVA SOFYA RAMADHANIA
NIM. 2115100052

Telah disetujui pembimbing untuk dipertahankan di hadapan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Widya Dharma Klaten

tanggal 02 September 2023

Pembimbing I



Isna Rahmawati, S.Th.I, M.Pd

NIK. 690 516 368

Pembimbing II

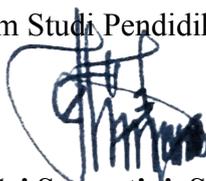


Sri Suwartini, S.Pd, M.Pd.

NIK. 690 516 367

Mengetahui,

Ketua Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar



Sri Suwartini, S.Pd, M.Pd.

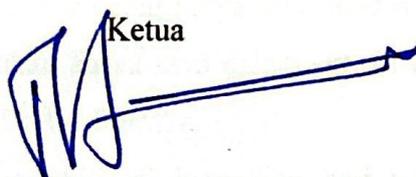
NIK. 690 516 367

HALAMAN PENGESAHAN
PENGARUH KOPING STRES TERHADAP TINGKAT STRES
ORANG TUA YANG MEMILIKI ANAK TUNAGRAHITA DI
SLB PUTRO OYOTASIH GEDAREN JATINOM KLATEN
TAHUN PELAJARAN 2022/2023

Disusun Oleh :
EVA SOFYA RAMADHANIA
NIM. 2115100052

Telah dipertahankan di hadapan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Widya Dharma Klaten
dan diterima untuk memenuhi sebagian persyaratan guna memperoleh gelar
Sarjana Strata Satu Kependidikan Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar

Pada tanggal 04 September 2023

Ketua


Dr. H. Ronggo Warsito, M.Pd.
NIK. 690 890 113

Sekretaris



Putri Zudhah Ferryka, S.Pd.M.Pd.
NIK. 690 516 366

Penguji I



Isna Rahmawati, S.Th.I, M.Pd.
NIK. 690 516 368

Penguji II



Sri Suwartini, S.Pd, M.Pd.
NIK. 690 516 367

Disahkan oleh:
Dekan FKIP

Dr. H. Ronggo Warsito, M.Pd.
NIK. 690 890 113

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Eva Sofya Ramadhania
NIM : 2115100052
Jurusan/Program Studi : Pendidikan Guru Sekolah Dasar
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya dengan judul “PENGARUH KOPING STRES TERHADAP TINGKAT STRES ORANG TUA YANG MEMILIKI ANAK TUNAGRAHITA DI SLB PUTRO OYOTASIH GEDAREN JATINOM KLATEN TAHUN PELAJARAN 2022/2023”

adalah benar-benar karya saya sendiri dan bebas dari plagiat. Hal-hal yang bukan merupakan karya saya dalam skripsi ini telah diberi tanda sitasi dan ditunjukkan dalam Daftar Pustaka.

Apabila di kemudian hari terbukti pernyataan saya tidak benar, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pembatalan ijazah dan pencabutan gelar yang saya peroleh dari skripsi ini.

Klaten, Agustus 2023

Yang membuat pernyataan,



(Eva Sofya Ramadhania)

HALAMAN MOTTO

1. Keberhasilan dan kegagalan merupakan bagian kehidupan setiap manusia tetapi tidak akan ada hasil bila tidak ada suatu usaha (Winarno Surahmad).
2. Hidup adalah proses belajar dan berjuang tanpa batas (Andrie Wongso).

HALAMAN PERSEMBAHAN

Karya ini kupersembahkan kepada :

1. Orangtua dan keluargaku tercinta yang telah memberikan dukungan dan doa.
2. Almamaterku Universitas Widya Darma Klaten
3. Para pembaca.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan YME yang telah memberikan rahmat dan karunianya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “PENGARUH KOPING STRES TERHADAP TINGKAT STRES ORANG TUA YANG MEMILIKI ANAK TUNAGRAHITA DI SLB PUTRO OYOTASIH GEDAREN JATINOM KLATEN TAHUN PELAJARAN 2022/2023”.

Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu Kependidikan Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Fakultas Ilmu Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Widya Dharma Klaten. Penulis menyadari masih banyak sekali kekurangan dalam penyusunan skripsi ini. Sehingga penulis mengharap saran dan kritik yang membangun dari para pembaca untuk pengembangan ilmu yang berguna kedepannya.

Dengan selesainya skripsi ini penulis mengucapkan terimakasih banyak kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Triyono, M.Pd., Rektor Universitas Widya Dharma Klaten yang telah memberikan kesempatan menuntut ilmu di Universitas Widya Dharma Klaten.
2. Bapak Dr. H. Ronggo Warsito, M.Pd., Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Widya Dharma Klaten yang telah memberikan kemudahan ijin dalam penyusunan skripsi ini.
3. Ibu Sri Suwartini, S.Pd, M.Pd, Ketua Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Widya Dharma Klaten, sekaligus pembimbing II yang dengan sabar telah berkenan membantu, mengarahkan, dan memberikan motivasi untuk menyelesaikan skripsi ini.
4. Ibu Isna Rahmawati, S.Th.I, M.Pd, selaku pembimbing I yang dengan sabar telah berkenan membantu, mengarahkan, dan memberikan motivasi untuk menyelesaikan skripsi ini.

5. Seluruh Dewan Penguji Skripsi yang telah memberikan masukan dan koreksi skripsi ini.
6. Seluruh Dosen Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Widya Dharma Klaten, terima kasih atas ilmu yang telah diberikan kepadaku.
7. Kepala Sekolah, guru dan orang tua siswa SLB Putro Oyotasih Gedaren Jatinom Klaten yang telah membantu pelaksanaan penelitian.
8. Bapak dan Ibu tersayang yang terus memberikan dorongan, doa dan restunya dalam menyelesaikan skripsi ini.
9. Kakak, adik dan seluruh keluarga semuanya yang terus mendukung untuk segera menyelesaikan skripsi ini.
10. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu yang telah dalam penyusunan skripsi ini.

Akhir kata penulis mengharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pihak-pihak yang berkepentingan.

Klaten, Agustus 2023

Penulis

Eva Sofya Ramadhania

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
ABSTRAK	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	8
C. Pembatasan Masalah	8
D.. Rumusan Masalah	9
E. Tujuan Penelitian	9
F. Manfaat Penelitian	9
BAB II LANDASAN TEORI	11
A. Tinjauan Pustaka	11
1. Stres	11
2. Koping	16
B. Kerangka Berpikir	29
C. Hipotesis Penelitian	29
BAB III METODE PENELITIAN	30

A. Pendekatan Penelitian	30
B. Waktu dan Tempat Penelitian	30
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian	30
D. Populasi dan Sampel Penelitian	33
E. Teknik Pengumpulan Data	34
F. Instrumen Penelitian	34
G. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian	35
H. Teknik Analisis Data	36
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	39
A. Karakteristik Responden Penelitian	39
1. Jenis Kelamin	39
2. Usia	40
3. Tingkat Pendidikan	40
4. Jenis Pekerjaan	41
B. Validitas dan Reliabilitas Kuesioner	42
1. Uji Validitas	42
2. Uji Reliabilitas	45
C. Analisis Deskriptif	45
1. Koping Stres	45
2. Tingkat Stres	47
D. Uji Asumsi Klasik	48
1. Uji Normalitas	48
2. Uji Linieritas	50
E. Uji Hipotesis	50
1. Analisis Regresi	50
2. Uji t	51
3. Hasil Koefisien Determinasi	52
F. Pembahasan	52
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	57

A. Simpulan	57
B. Saran	57
DAFTAR PUSTAKA	59
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1	Distribusi Frekuensi Responden Menurut Jenis Kelamin	39
Tabel 4.2	Distribusi Frekuensi Responden Menurut Usia	40
Tabel 4.3	Distribusi Frekuensi Responden Menurut Tingkat Pendidikan	41
Tabel 4.4	Distribusi Frekuensi Responden Menurut Jenis Pekerjaan	41
Tabel 4.5	Hasil Uji Validitas Kuesioner Koping Stres	43
Tabel 4.6	Hasil Uji Validitas Kuesioner Tingkat Stres	44
Tabel 4.7	Hasil Uji Reliabilitas	45
Tabel 4.8	Kategori Skor Koping Stres	46
Tabel 4.9	Kategori Skor Tingkat Stres	47
Tabel 4.10	Hasil Uji Normalitas dengan Kolmogorov-Smirnov	49
Tabel 4.11	Linieritas Pengaruh Koping Stres terhadap Tingkat Stres	50
Tabel 4.12	Hasil Regresi	51
Tabel 4.13	Hasil Uji Koefisien Determinasi	52

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir	29
Gambar 4.1 Hasil Uji Normalitas	48

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Kuesioner Penelitian	62
Lampiran 2	Data Penelitian	67
Lampiran 3	Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner	75
Lampiran 4	Hasil Uji Persyaratan dan Uji Hipotesis	79

**PENGARUH KOPING STRES TERHADAP TINGKAT STRES ORANG
TUA YANG MEMILIKI ANAK TUNAGRAHITA DI
SLB PUTRO OYOTASIH GEDAREN JATINOM KLATEN
TAHUN PELAJARAN 2022/2023**

Oleh:

Eva Sofya Ramadhania
NIM. 2115100052

ABSTRAK

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui dan menganalisis pengaruh koping stres terhadap tingkat stres orang tua yang memiliki anak tunagrahita di SLB Putro Oyotasih Gedaren Jatinom Klaten tahun pelajaran 2022/2023.

Penelitian ini merupakan tipe penelitian korelasional, karena tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh koping stres terhadap tingkat stres orang tua yang memiliki anak tunagrahita di SLB Putro Oyotasih Gedaren Jatinom Klaten tahun pelajaran 2022/2023. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *total sampling*, yaitu semua orang tua yang memiliki anak tunagrahita di SLB Putro Oyotasih Gedaren Jatinom Klaten tahun pelajaran 2022/2023 diambil sebagai sampel penelitian. Pada penelitian ini, teknik yang dipergunakan untuk mengumpulkan data adalah kuesioner atau angket. Teknik analisis data menggunakan analisis univariat dengan tujuan yaitu mendeskripsikan karakteristik responden (orang tua), koping stres dan tingkat stres orang tua yang memiliki anak tunagrahita, dan analisis bivariat untuk menganalisis pada dua variabel yang berhubungan yaitu mengetahui pengaruh koping stres terhadap tingkat stres orang tua yang memiliki anak tunagrahita.

Hasil penelitian menyimpulkan bahwa variabel koping stres memiliki pengaruh negatif dan signifikan terhadap tingkat stres. Hal ini dibuktikan dengan koefisien regresi koping stres menunjukkan angka negatif -0,819 dengan nilai t hitung sebesar -10,145 dengan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$. Sifat pengaruh koping stres terhadap tingkat stres adalah linier, artinya semakin tinggi kemampuan koping stres orang tua akan menyebabkan semakin rendah tingkat stres yang dialami oleh orang tua. Sebaliknya, semakin rendah kemampuan koping stres orang tua akan menyebabkan semakin tinggi tingkat stres yang dialami oleh orang tua. Selanjutnya, nilai R^2 (*R square*) didapatkan hasil sebesar 0,664 atau 66,4%. Hal ini berarti variabel koping stres berpengaruh terhadap tingkat stres sebesar 66,4% dan sisanya sebesar 33,6% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti.

Kata kunci: koping stress, tingkat stress, orang tua , anak tunagrahita

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anak merupakan amanah dari Tuhan YME yang memiliki kedudukan lebih tinggi dari harta dan benda. Harkat dan martabat sebagai manusia seutuhnya telah melekat dalam diri mereka. Anak adalah individu yang bergantung pada orang dewasa dan lingkungannya untuk memfasilitasi pembelajaran dan pemenuhan kebutuhan dasar (Supartini, 2014).

Orang tua bertanggung jawab dalam mengasuh dan mengarahkan anak ke arah positif. Penghidupan dan pendidikan yang layak dan berkualitas perlu dibekalkan untuk anak oleh orang tua sehingga anak tumbuh sehat dengan perkembangan mental, sosial dan kepribadian yang optimal (Pransiska, 2015). Idealnya, orang tua dengan tanggung jawabnya dan kedudukan anak sebagai tempat curahan kasih sayang menjadikan orang tua memiliki kesiapan mental untuk menghadapi anak dalam proses pertumbuhannya. Namun demikian orang tua dapat mengalami kondisi di mana mereka menjadi tertekan saat mengasuh dan mendidik anak. Permasalahan yang dihadapi setiap orang tua berbeda-beda atas anaknya, antara lain seperti gangguan perkembangan emosi dan persepsi, sensorik motoric serta masalah fisik yang terjadi pada anak (Brooks, 2011).

Adapun anak yang memiliki kekurangan atau kelemahan secara fisik ataupun mental dinamakan ABK atau anak berkebutuhan khusus. ABK yaitu

kondisi anak dengan karakteristik yang berbeda dibanding anak-anak secara umum dimana mereka mengalami hambatan pertumbuhan dan perkembangan. Istilah berkebutuhan khusus menurut Kirk (Atmaja, 2018) diartikan sebagai anak dengan penyimpangan pada karakteristik fisik dan neuro-muskular, karakteristik mental, kemampuan sensorik, kemampuan komunikasi, perilaku sosial emosional atau percampuran dua atau lebih yang disebutkan. Pada tahun 2014 di Indonesia jumlah ABK sudah mencapai 1.4 juta orang. Macam-macam ABK yaitu, ADHD, tunagrahita, lamban belajar (slow learner), tunanetra, anak berbakat (gifted), tunarungu, autism, tunadaksa, kesulitan belajar, tunalaras, cerebral palsy, asperger, rett's disorder (Magunsong, 2019).

Tunagrahita yaitu kondisi dimana perkembangan kecerdasan anak mengalami hambatan sehingga tidak mencapai tahap perkembangan dengan optimal. Penyebutan anak berkelainan mental subnormal pada beberapa rujukan disebut juga keterbelakangan mental, lemah ingatan, mental subnormal, tunagrahita. AAMD (American Association of Mental Deficiency) mengartikan keterbelakangan mental atau tunagrahita dengan anak dalam masa pertumbuhan yang memiliki fungsi intelektual di bawah rata-rata yang bersamaan dengan kemampuan menyesuaikan diri yang kurang (Kauffman dan Hallahan dalam Somantri, 2016). Tunagrahita adalah anak-anak yang mempunyai IQ di bawah 70. Estimasi penduduk Indonesia yang penyandang tunagrahita sebanyak 962.011 penduduk yang merupakan 2% dari 48.100.548

penduduk penyandang kelainan dari kelompok usia sekolah di Indonesia (Atmaja, 2018).

Somantri (2016) mengemukakan bahwa tunagrahita memiliki karakteristik umum yakni intelektual yang terbatas dalam belajar membaca, menulis dan berhitung. Tunagrahita belajar dengan membeo dan cenderung tanpa pengertian. Selain intelegensi, tunagrahita juga mempunyai keterbatasan dalam bersosial, mereka kesulitan merawat dirinya sendiri dalam masyarakat, sangat bergantung dengan orang tua, mudah terpengaruh dan kurang bijak dalam memikul tanggung jawab sosial.

Pernyataan tersebut didukung oleh Atmaja (2018) bahwa dampak ketunagrahitaan berupa terbatasnya kapasitas belajar, terlebih mengenai hal yang bersifat abstrak dan kebanyakan belajar dengan membeo (*rote learning*), kesulitan konsentrasi, memiliki rentang perhatian yang pendek, mudah lupa, memiliki minat yang sedikit, kurang kreatif dan cenderung menghindari aktifitas berpikir. Akibatnya tunagrahita tidak mampu mengerti aturan keluarga dan sosial, masyarakat serta sekolah. Tunagrahita juga tidak bisa mengurus, memimpin dan memelihara diri sendiri.

Keterbatasan-keterbatasan yang dimiliki anak retardasi mental seperti yang telah disebutkan di atas, menjadikan anak sulit memiliki kelebihan tertentu. Tidak seperti penyandang disabilitas lain seperti autisme yang dapat mengembangkan potensi atau bakat dalam dirinya yang bahkan mampu melebihi anak normal. Contoh lain seperti penyandang tunanetra yang seiring usia pertumbuhannya mereka dapat mengembangkan indera lainnya untuk

membantunya lebih mandiri. Jika dibandingkan dengan anak berkebutuhan khusus jenis lain, tunagrahita memiliki keterbatasan yang lebih kompleks. Atmaja (2018) mengemukakan bahwa tunagrahita defisit ada beberapa area utama yakni atensi, memori, perkembangan bahasa, self-regulation, perkembangan sosial, motivasi dan prestasi akademik.

Hal tersebut menjadikan tunagrahita berbeda dengan anak kebutuhan khusus lainnya di mana orang tua mungkin sangat tidak memiliki harapan akan masa depan anaknya dan merasa tidak memiliki sesuatu yang bisa dibanggakan dari anak mereka. Selain itu, anak dengan retardasi mental biasanya mendapat tanggapan negatif dari masyarakat yang menyebabkan bermacam macam reaksi orang tua seperti mengucilkan anak dan tidak mengakui anak tunagrahita. (Novi, 2014).

Somantri (2016) menyatakan bahwa orang tua terlebih ibu dan keluarga anak tunagrahita menanggung beban akibat retardasi mental paling banyak. Selain beban emosional, orang-tua merasa bersalah, terkejut, tidak percaya, malu berdosa dan overprotective. Tunagrahita menjadi masalah keluarga karena merupakan beban bagi keluarga secara mental maupun materil.

Menurut Friedman (2018) beban keluarga dengan tunagrahita dapat diartikan sebagai stres. Keberadaan anak penyandang tunagrahita menjadi stresor tersendiri bagi keluarga dimana keluarga khawatir akan kesembuhan dan masa depan anak tunagrahita. Selain itu pandangan masyarakat tentang keluarga yang memiliki anak disabilitas, termasuk dengan tunagrahita seperti penilaian negatif dan stigma yang sering dialami keluarga.

Menurut Gunarsa (2014) banyaknya stresor yang dirasakan orang tua tunagrahita dalam rangkaian proses pengasuhan akan memunculkan stres pengasuhan. Stres pengasuhan digambarkan oleh Abidin (Ahern, 2014) sebagai rasa cemas berlebihan dan perasaan tegang di luar-batas khususnya berkaitan dengan interaksi dan peran orang tua dengan anaknya. Stres ini mendorong respon orang tua yang kurang sesuai dalam menanggapi konflik dengan anak-anak sehingga menimbulkan beban bagi pengasuh yang mampu mempengaruhi sikap dan perilaku pengasuhannya baik perilaku yang baik, pengabaian hingga perilaku kasar.

Cummins dalam Small (2010) berpendapat bahwa orang tua yang mengasuh tunagrahita memiliki tuntutan pengasuhan lebih besar yang mengharuskan menghadapi situasi penuh tekanan. Menurut Perry (2014), tunagrahita selalu membutuhkan bantuan dan pendampingan dari orang tuanya dalam melakukan aktivitas sehari-hari menyebabkan kelelahan fisik yang menjadi salah satu beban fisik penyebab stres.

Menurut Schultz dan Sherwood (2018) stres dan beban fisik dan psikologis yang dirasakan orang tua dapat mempengaruhi hubungan dalam lingkup keluarga maupun pekerjaan. Konflik dalam keluarga disebabkan oleh ketidakmampuan dalam membagi tanggung jawab dalam mengasuh dan melibatkan anggota keluarga lain dalam melakukan perawatan terhadap anak sehingga selalu ada satu orang yang menjadi dominan.

Beban yang dirasakan orang tua atau pengasuh anak mampu mempengaruhi sikap dan perilaku pengasuhannya baik perilaku yang baik,

pengabaian hingga perilaku kasar. Orang tua yang tidak mampu mengelola stres pengasuhan dengan baik menyebabkan orang tua menjadi ringan tangan pada anak dapat memberikan dampak yang buruk pada proses terbentuknya kepribadian anak, orang tua merasa gagal dan tidak puas dalam melaksanakan tugasnya (parenting dissatisfaction). Selain itu, pengelolaan stres pengasuhan yang kurang tepat dapat membuat hubungan orang tua dengan anak menjadi renggang. Ketika hubungan dengan orang tua merenggang, anak akan kehilangan rujukan ketika berhadapan dengan masalah dan kemampuan pemecahan masalah dan pengambilan keputusan pada anak menjadi terhambat (Lestari, 2012).

Dalam kaitannya dengan stres pengasuhan Crouner dan Bumpus (Lestari, 2012) menyatakan bahwa orang tua cenderung memiliki penerimaan rendah terhadap anak normal dikarenakan tekan kerja dan kelebihan beban yang dialami. Magunsong (2019) menjelaskan bahwa perasaan marah, sedih, tidak terima, marah dan depresi dirasakan oleh orang tua dengan anak penyandang tunagrahita. Orang tua mengkhawatirkan stigma yang akan diterima anak dan masa depan anak. Penilaian negatif atau stigma masyarakat masih sering dialami oleh keluarga yang memiliki anak dengan kecacatan.

Penyebab stress biasanya disebut dengan stresor. Stresor merupakan segala keadaan atau pemicu yang menyebabkan individu merasa tertekan dan terancam. Penyebab stress biasanya dibagi menjadi 2, yaitu: (1) Stresor eksternal, yaitu stresor yang berasal dari luar tubuh individu. Misalnya stresor dari lingkungan social yang ada disekitar tempat tinggal individu, biasanya

stressor ini bersifat traumatik seperti pekerjaan, pernikahan, perceraian, kehilangan seseorang, pindah rumah, masalah ekonomi, kondisi keluarga, dan lain sebagainya; (2) Stressor internal, yaitu stressor yang berasal dari dalam tubuh individu. Misalnya stressor psikologis, stressor ini bersifat negatif seperti depresi, cemas, rasa takut yang berlebihan, marah, sedih, rasa rendah diri dan lain sebagainya. Adapun stress biologis seperti pelepasan neurotransmitter saat stress dari kelenjar adrenal yang menyebabkan timbulnya efek fisiologi seperti jantung berdebar-debar gelisah dan lain sebagainya (Priyanto, 2014).

Menurut Baron dan Byrne (2013) faktor yang mempengaruhi stres adalah kemampuan coping seorang individu. Hal ini diperkuat dengan pendapat Gibbons dan McCarty (2017) yang mengatakan bahwa stres berasosiasi dengan bagaimana seseorang mengatasi sesuatu dan strategi coping yang digunakan.

Taylor (2012) menjelaskan bahwa coping sebagai pikiran dan perilaku yang digunakan untuk mengelola tuntutan internal dan eksternal dari situasi yang menekan. Coping merupakan usaha-usaha baik kognitif maupun perilaku yang bertujuan untuk mengelola tuntutan lingkungan dan internal, serta mengelola konflik-konflik yang mempengaruhi individu melampaui kapasitas individu.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka permasalahan penelitian dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Faktor internal yang dapat menyebabkan stres yang berasal dari dalam diri seseorang antara lain: stressor psikologis, stressor ini bersifat negatif seperti depresi, cemas, rasa takut yang berlebihan, marah, sedih, rasa rendah diri dan lain sebagainya. Adapun stress biologis seperti pelepasan neurotransmitter saat stress dari kelenjar adrenal yang menyebabkan timbulnya efek fisiologi seperti jantung berdebar-debar gelisah dan lain sebagainya
2. Faktor eksternal yang dapat menyebabkan stres yang berasal dari luar diri seseorang antara lain: stressor dari lingkungan social yang ada disekitar tempat tinggal individu, biasanya stressor ini bersifat traumatik seperti pekerjaan, pernikahan, perceraian, kehilangan seseorang, pindah rumah, masalah ekonomi, kondisi keluarga, dan lain sebagainya;
3. Faktor yang mempengaruhi stres adalah kemampuan coping seorang individu, karena stres berasosiasi dengan bagaimana seseorang mengatasi sesuatu dan strategi coping yang digunakan.

C. Pembatasan Masalah

Pada penelitian ini permasalahan yang dikaji dibatasi pada:

1. Tingkat stres yang dialami oleh orang tua yang memiliki anak tunagrahita.
2. Coping stres orang tua dalam menghadapi kondisi anaknya yang mengalami tunagrahita.
3. Pengaruh coping stres terhadap tingkat stres orang tua yang memiliki anak tunagrahita.

D. Rumusan Masalah

Rumusan masalah yang akan diungkap oleh peneliti berdasar uraian latar belakang adalah “Apakah terdapat pengaruh koping stres terhadap tingkat stres orang tua yang memiliki anak tunagrahita di SLB Putro Oyotasih Gedaren Jatinom Klaten tahun pelajaran 2022/2023”?

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui dan menganalisis pengaruh koping stres terhadap tingkat stres orang tua yang memiliki anak tunagrahita di SLB Putro Oyotasih Gedaren Jatinom Klaten tahun pelajaran 2022/2023.

F. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian yang diharapkan dari penelitian ini sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan, pengetahuan, serta pengembangan keilmuan pada kajian pendidikan guru sekolah dasar, khususnya terkait dengan psikologi pendidikan.
- b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi tambahan bagi penelitian berikutnya yang ingin mengkaji lebih dalam tentang pengaruh koping stres terhadap tingkat stres orang tua yang memiliki anak tunagrahita.

2. Manfaat Praktis

- a. Apabila penelitian ini terbukti maka dapat berguna bagi orang tua yang memiliki anak kebutuhan khusus tunagrahita menambah wawasan dalam hal mengelola stres pengasuhan
- b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan masyarakat mengenai stres pengasuhan yang dapat dirasakan oleh orang tua tunagrahita sehingga masyarakat lebih terbuka dan dapat menerima keluarga tunagrahita dengan baik

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan seperti yang telah dipaparkan pada bab sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa variabel koping stres memiliki pengaruh negatif dan signifikan terhadap tingkat stres. Hal ini dibuktikan dengan koefisien regresi koping stres menunjukkan angka negatif -0,819 dengan nilai t hitung sebesar -10,145 dengan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$. Sifat pengaruh koping stres terhadap tingkat stres adalah linier, artinya semakin tinggi kemampuan koping stres orang tua akan menyebabkan semakin rendah tingkat stres yang dialami oleh orang tua. Sebaliknya, semakin rendah kemampuan koping stres orang tua akan menyebabkan semakin tinggi tingkat stres yang dialami oleh orang tua. Selanjutnya, nilai R^2 (*R square*) didapatkan hasil sebesar 0,664 atau 66,4%. Hal ini berarti variabel koping stres berpengaruh terhadap tingkat stres sebesar 66,4% dan sisanya sebesar 33,6% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti.

B. Saran

Berkaitan dengan hasil penelitian tersebut, maka ada beberapa saran yang dapat disampaikan, yaitu:

1. Orang tua/wali murid yang memiliki anak tunagrahita diharapkan dapat bersikap lapang dada menerima kondisi anaknya, bersikap sabar membimbing anaknya, dan memberikan perhatian yang lebih kepada anaknya, agar anaknya dapat berkembang secara maksimal dan dapat lebih mandiri untuk menjalani kehidupan sehari-hari.
2. Pihak sekolah diharapkan memberikan pelatihan coping postif kepada orang tua atau wali murid secara periodik, agar para orang tua/wali murid memiliki keterampilan memberikan pengasuhan kepada anak yang tunagrahita, dan memiliki keterampilan coping stres dalam menghadapi situasi dan kondisi anaknya.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahern, L.S. (2014). *Psychometric Properties of The Parenting stress index – short form*. Raleigh: North Carolina State University.
- Arikunto, S. (2016). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.
- Atmaja, Jat Rinakri. (2018). *Pendidikan dan Bimbingan Anak Berkebutuhan Khusus*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Azwar, S. (2011). *Metode penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset.
- Brooks, J. (2011). *The Process of Parenting*. (Edis Ke Delapan). Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Firdaus, K. (2014). Distress dan perilaku koping pada perawat RSU. *Publikasi Skripsi*. Surakarta: Fakultas Psikologi UMS.
- Friedman (2018). *Keperawatan Keluarga*. Jakarta: EGC
- Gunarsa, Singgih D. (2014). *Psikolog Perkembangan Anak dan Remaja*. Jakarta: Gunung Mulia.
- Hasan & Rufaidah. (2013). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Strategi Coping Pada Penderita Stroke RSUD Dr. Moewardi Surakarta*, (Online).
- Hidayat, A., Azis Alimul dan Uliyah, Musrifatul. (2014). *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia Edisi 2*. Jakarta: Salemba Medika.
- Lestari, Sri. (2012). *Psikolog Keluarga: Penanaman Nilai dan Penanganan Konflik dalam Keluarga*. Jakarta: Kencana
- Mangunsong, F. (2019). *Psikolog dan Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus Jilid I*. Jakarta: Lembaga Pengembangan Sarana Pengukuran dan Pendidikan.
- Mashudi, Farid. (2012). *Psikologi Konseling*. Yogyakarta: IRCiSoD.
- Nasir, A., & Muhith, A. (2011). *Dasar-dasar keperawatan jiwa: Pengantar dan teori*. Jakarta: Salemba Medika
- Novi, Lindaswari. (2014). *Hubungan Mekanisme Koping dengan Pola Asuh Orang Tua Retardas Mental Ringan di Sekolah Luar Biasa C Negeri Denpasar*. Jurnal dipublikasikan: Fakultas Kedokteran Universitas Udayana.
- Perry, A. (2014). A model of stress in families of children with developmental disabilities: clinical and research applications. *Journal on Developmental Disabilities*, Vol 11 no 1, 1-16. New York: Department of Psychology. <http://oadd.org/wp-content/uploads/2016/12/perry.pdf>

- Pransiska, Toni. (2015). *Kado Istimewa Untuk Anaku: Solus dan Tips Membenteng Anak dar Sang Predator*. Yogyakarta: Pustaka Ilmu
- Priyoto. (2014). *Konsep Manajemen Stress*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Rochmah, L., Zaenuri, I., & Sudarsih, S. (2019). Hubungan stres dengan mekanisme koping ibu dalam pemberian belajar membaca alfabet pada anak retardasi mental ringan. *jurnal kesehatan masyarakat*, Vol. 1 No.1: 1-7.
- Sarafino, E.P., & Smith, T.W. (2012). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*. John Wiley & Sons Inc.
- Siswanto. (2017). *Kesehatan Mental-Konsep , Cakupan dan Perkembangannya*. Yogyakarta: CV. Andi Offset.
- Small., R.P. (2010). A comparison of parental self efficacy, parenting satisfaction and other factors between single mother with and without children with developmental disabilities. *Dissertation*. Michigan: Wayne State University
- Somantri, S. (2016). *Psikolog anak luar biasa*. Bandung: Rafika Aditama.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif DAN R&D*. Alfabeta.
- Supartini, Y. (2014). *Buku Ajar Konsep Dasar Keperawatan Anak*, EGC, Jakarta