



Fungsi intelektual umum dibawah normal. 2. Terdapat kendala dalam perilaku adaptif sosial. 3. Gejalanya timbul dalam masa perkembangan yaitu dibawah usia 18 tahun. Melly Budhiman (dalam markum dkk 1991). Menyatakan fungsi intelektual dapat diketahui dengan tes fungsi kecerdasan dan hasilnya dinyatakan sebagai suatu taraf kecerdasan atau skor IQ. Lebih lanjut dijelaskan bahwa fungsi intelektual berada dibawah normal apabila skor IQ dibawah 70. Anak dengan ciri-ciri tersebut tidak bisa mengikuti pendidikan sekolah biasa karena cara berfikirnya yang terlalu sederhana, daya tangkap dan daya ingatnya lemah, demikian pula dengan pengertian bahasa dan berhitungnya juga sangat lemah. Penyandang retardasi mental di Indonesia semakin meningkat dari tahun ke tahun. Populasi anak dengan retardasi mental menempati angka paling besar dibandingkan jumlah anak dengan keterbatasan lainnya. Prevalensi retardsasi mental. Saat ini diperkirakan 1-3 % dari jumlah penduduk indonesia (sako dan hapsare 2006).

Konsep pemikiran orang tua tentang anak idaman yaitu keturunan yang sehat fisik maupun mental mempengaruhi reaksi orangtua terhadap anak retardasi mental. Reaksi umum yang terjadi pada orangtua pertama kali adalah merasa kaget, mengalami goncangan batin, takut, sedih, kecewa, merasa bersalah, menolak atau marah-marah karena sulit untuk mempercayai kenyataan retardasi mental anaknya. Kondisi tersebut memicu tekanan dan kesedihan terhadap orangtua. Wall (1993) berpendapat bahwa fenomena dalam masyarakat

masih banyak orang tua yang menolak kehadiran anak yang tidak normal. Orang tua yang demikian akan cenderung menyangkal keberadaan anaknya, dengan menyembunyikan si anak yang mengalami retardasi mental dari lingkungan sosial.

Perasaan stres yang dirasakan orang tua sebagai figur terdekat dalam mengasuh anak retardasi mental akan memaksa orang tua untuk belajar menguasai keadaan atau tekanan yang dirasakannya. Proses yang dilakukan individu dalam rangka penguasaan tekanan dan penyesuaian diri terhadap perubahan serta respon terhadap situasi yang mengancam itulah yang dinamakan strategi coping. (Kelliat, 1999). Lazarus dan Folkman (1984) mendefinisikan coping sebagai perubahan kognitif dan perilaku yang berlangsung secara terus menerus untuk mengatasi tuntutan eksternal atau internal yang dinilai sebagai beban atau melampaui sumber daya yang dimiliki oleh individu tersebut.

Menurut Blacher & Baker (dalam Martin & Colbert, 1997) orangtua yang merasa terstigma oleh keterbatasan anak, mengalami kelelahan karena tuntutan pengasuhan tambahan, terisolasi secara sosial, dan terbebani biaya finansial pengasuhan mungkin mengalami kesulitan yang lebih besar. Kondisi seperti inilah yang berpotensi memunculkan stres.

Anak yang mengalami retardasi mental tidak bisa menempuh pendidikan disekolah biasa karena kemampuan intelegensi mereka yang berbeda dari anak normal. Selain itu mereka juga membutuhkan

pengawasan khusus karena kemampuan motorik dan sosial mereka juga mengalami gangguan (Lambert & Wilcox, dalam Larasati 2005). Lebih lanjut Hutt (dalam Larasati 2005) mengatakan bahwa masalah yang juga merisaukan atau menyusahkan orangtua adalah ketika anak tersebut berperilaku mencederai diri sendiri, seperti membenturkan kepalanya, menggigit jarinya, mengamuk dan mengalami gangguan tidur.

Stres yang dialami oleh figur orangtua dalam mengasuh anak yang berkebutuhan khusus disebut stres pengasuhan, yang didefinisikan sebagai kecemasan dan ketegangan berlebihan yang secara khusus terkait dengan peran orangtua dan interaksi orangtua dengan anak (Abidin, dalam Ahern, 2004). Beban yang merupakan stres ini diperbesar dengan kondisi anak yang mengalami retardasi mental. Menurut Prasad (1976), keberadaan anak retardasi mental membawa stres tersendiri bagi kehidupan keluarga, termasuk didalamnya trauma psikologik, masalah dalam pengasuhan anak, beban finansial, dan isolasi sosial.

Beban fisik penyebab stres pada orangtua yang memiliki anak retardasi mental berkaitan dengan ketidakmampuan anak dalam melakukan aktivitas sehari-hari membuat orangtua khususnya ibu harus selalu membantu dan mendampingi anaknya, sedangkan beban psikis yang dirasakan orangtua berkaitan dengan proses penerimaan mulai dari kaget, kecewa, rasa bersalah atas kondisi anak serta tidak adanya

dukungan dari keluarga. Ditambah dengan beban sosial dengan respon negatif dari masyarakat membuat orangtua yang memiliki anak retardasi mental menjadi menarik diri dari lingkungan sosial (Mawardah, dkk, 2012). Oleh karena itu Prasadio (1976), anak retardasi mental merupakan sumber stres yang cukup besar bagi suatu keluarga, terutama orangtua.

Dalam menghadapi situasi yang *stressful*, ibu yang memiliki anak retardasi mental perlu mengambil langkah-langkah untuk meminimalkan atau menghilangkan *stressor* yang ditimbulkan dari berbagai masalah yang dihadapi. Para orangtua yang memiliki anak retardasi mental membutuhkan perilaku *coping* yang sesuai, sehingga mereka akan dapat berbuat yang terbaik bagi anak maupun dirinya sendiri. Menurut Nurhayati (2005) kemampuan setiap individu dalam memilih strategi *coping* dan menggunakannya untuk mengurangi tekanan adalah berbeda. Perbedaan juga terdapat dalam hal pemahaman mengenai bagaimana dan kapan harus memakai strategi *coping* yang diperlukan.

Menurut Lazarus dan Folkman (dalam Sarafino, 2006) menyatakan bahwa strategi *coping* yang merupakan respon individu terhadap tekanan yang dihadapi secara garis besar dibedakan atas dua klasifikasi yaitu: *problem focused coping (PFC)* dan *emotional focused coping (EFC)*. *Problem focused coping* atau yang biasa disebut strategi menghadapi masalah yang berorientasi pada masalah





diperoleh dapat ditarik kesimpulan bahwa dari hasil pengolahan data, diketahui bahwa secara umum terdapat hubungan positif tinggi dan signifikan antara optimisme dengan coping stress pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Artinya semakin tinggi optimisme maka semakin tinggi coping stress, begitu pula sebaliknya rendah optimisme mahasiswa maka semakin rendah coping stress.

Penelitian yang dilakukan oleh Meita Anggraini tentang “Hubungan antara perilaku coping stres dengan kematangan emosi pada remaja akhir”. Pada penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan teknik analisa data yang digunakan adalah tehnik korelasi product moment. Dari hasil analisis data penelitian yang diperoleh, dapat ditarik kesimpulan bahwa ada hubungan positif antara perilaku coping stres dengan kematangan emosi pada remaja akhir. Semakin tinggi kematangan emosi maka perilaku coping stresnya semakin efektif. Sebaliknya, semakin rendah kematangan emosi semakin tidak efektif perilaku coping stressnya.

Penelitian yang dilakukan oleh Bima Adi Prasa tentang “ stres dan coping orangtua dengan anak retardasi mental”. Pada penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus, subjek penelitian adalah orangtua yang berbeda karakter dan latar belakang namun sama-sama memiliki anak retardasi mental. Dari hasil penelitian ini dapat ditarik kesimpulan bahwa coping yang muncul dalam penelitian ini adalah mencari dukungan sosial, pemecahan masalah

yang terencana, kontrol diri, menjauh, penilaian positif, dan menerima tanggungjawab. Yang artinya dalam penelitian ini orangtua lebih banyak menggunakan strategi coping PFC dari pada EFC. dengan adanya tingkat stres yang berbeda maka akan berbeda pula dalam penggunaan atau pengambilan strategi coping yang akan digunakan.

Perbedaan dua penelitian sekarang dengan penelitian yang terdahulu yakni yang berjudul “hubungan antara optimisme dan coping stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi” dan “hubungan antara perilaku coping stres dengan kematangan emosi pada remaja akhir”. Terdapat pada subjek penelitian dimana pada penelitian terdahulu subjek penelitian yang sekarang adalah mahasiswa dan remaja akhir, sedangkan subjek penelitian yang sekarang adalah orangtua yang memilih anak retardasi mental. Untuk kedua penelitian terdahulu teknik analisa data yang digunakan adalah *tehnik korelasi produk moment*. Hal ini berbeda dengan penelitian yang akan saya lakukan karena penelitian ini tehnik analisa data yang digunakan adalah Uji-t. Selain itu perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian terletak pada tempat penelitian, penelitian terdahulu dilakukan di Universitas sedangkan penelitian sekarang dilakukan di SLB.