

Hubungan *Parenting Self-Efficacy* dengan *Parenting Stress* pada Ibu dengan Anak Tunagrahita

Aulia Maharani Noor, Yuli Aslamawati

Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi

Universitas Islam Bandung

Bandung, Indonesia

auliamaharaninoor@gmail.com, yuli_aslamawati@yahoo.com

Abstract—Changes in routines and limited access to health, education, recreation and social services, as a result of the COVID-19 pandemic, place intellectual disability children as vulnerable populations in situations that are difficult to predict. The characteristics possessed by children with intellectual disability become stressors that have an impact on the mental status of the mother as the closest figure in the child's life. It is important to see the process of caregiving in COVID-19 pandemic situation as a challenge rather than a threat that encourage confidence in one's ability to carry out parenting responsibilities in a positive and adaptive manner for child development. The aim of this study was to determine the relationship between parenting self-efficacy and parenting stress in mothers of school-aged children with intellectual disability in Bandung, especially in the COVID-19 pandemic situation. Participants consisted of 38 mothers who filled out the Self-Efficacy for Parenting Task Index and Parental Stress Scale questionnaires. Based on the Spearman's correlation test, it is known that there is a *strong* relationship between parenting self-efficacy and parenting stress in mothers with $r=-.653$ and $p=.000<0.5$.

Keywords— *Parenting, Parenting Self-Efficacy, Parenting Stress, Intellectual Disability.*

Abstrak—Perubahan rutinitas dan keterbatasan akses kesehatan, pendidikan, rekreasi dan sosial, sebagai akibat dari pandemi COVID-19 menempatkan anak tunagrahita sebagai vulnerable population dalam situasi yang sulit diprediksi. Karakteristik yang dimiliki anak tunagrahita menjadi stressor yang berdampak pada status mental ibu sebagai figur terdekat dalam kehidupan anak. Dibutuhkan kemampuan untuk melihat proses membesarkan anak dalam situasi pandemi COVID-19 sebagai sebuah tantangan daripada sebuah ancaman yang menumbuhkan keyakinan atas kemampuan diri dalam menjalankan tanggung jawab pengasuhan secara positif dan adaptif bagi perkembangan anak. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara parenting self-efficacy dengan parenting stress pada ibu yang memiliki anak tunagrahita usia madya di Kota Bandung, khususnya dalam situasi pandemi COVID-19. Partisipan terdiri dari 38 ibu yang mengisi kuesioner Self-Efficacy for Parenting Task Index dan Parental Stress Scale. Berdasarkan uji korelasi Spearman diketahui terdapat hubungan yang kuat antara parenting self-efficacy dengan parenting stress pada ibu yang memiliki anak dengan tunagrahita usia madya di Kota Bandung di masa pandemi COVID-19 dengan $r=-.653$ dan $p=.000<0.5$.

Kata Kunci—*Iklan, Kesadaran Merek, Le Minerale.*

I. PENDAHULUAN

Mengasuh anak dengan tunagrahita bukanlah hal yang mudah. Anak tunagrahita mengalami hambatan yang signifikan baik dalam fungsi intelektual maupun perilaku adaptif yang muncul sebelum usia 18 tahun (American Association on Intellectual and Developmental Disabilities, 2008; Mash & Wolfe, 2016). Fungsi intelektual merujuk pada kemampuan bernalar (reasoning), perencanaan (planning), menyelesaikan masalah (problem solving), berpikir abstrak (think abstractly), memahami ide-ide kompleks (comprehend complex ideas), belajar dengan cepat (learn quickly), dan belajar dari pengalaman (learn from experience). Sampai saat ini, inteligensi direpresentasikan dengan melihat performansi skor Intelligent Quotient (IQ) yakni 70 ke bawah. Sementara keterampilan adaptif merujuk pada kemampuan konseptual, sosial, dan keterampilan praktis yang dipelajari untuk dapat berfungsi dalam kehidupan sehari-hari. Keterbatasan dalam keterampilan adaptif berdampak pada kemampuan merespon situasi/lingkungan. Tuna grahita memiliki istilah lain yakni disabilitas intelektual (intellectual disability) menggantikan istilah sebelumnya, retardasi mental (mental retarded), yang dianggap memiliki stereotipi dan konotasi negatif di kalangan masyarakat (American Association on Intellectual and Developmental Disabilities, 2008; Mash & Wolfe, 2016). Keterbatasan yang dialami anak tunagrahita menyebabkan adanya kebergantungan terhadap figur pengasuh secara berkala dan dalam angka waktu yang panjang.

Pandemi COVID-19 yang diikuti oleh adanya kebijakan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) dan Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) menyebabkan anak tunagrahita mengalami kesulitan untuk mengakses berbagai layanan seperti, kesehatan, pendidikan, sosial, rekreasi. Hal ini semakin memperjelas eksklusivitas anak tunagrahita sebagai populasi rentan. Dalam beberapa penelitian ditemukan anak tunagrahita mengalami deteriorasi/regresi emosi dan perilaku (Yip, 2020; Chen et al., 2020; Mbazzi et al., 2021).

Pengalaman pandemi COVID-19 merupakan hal baru dalam kehidupan anak dengan tunagrahita maupun orang

tua. Keadaan ini berdampak pada ibu sebagai figur paling dekat dengan anak. Peran orang tua, baik orang tua dari anak tanpa hendaya maupun orang tua dari anak dengan disabilitas di masa pandemi berkaitan dengan gejala PTSD, kebingungan (*confusion*), amarah (*anger*), ketakutan akan terinfeksi, perasaan frustrasi, kebosanan, kebingungan akibat suplai kebutuhan pokok dan informasi yang tidak memadai, kehilangan materi, stigma, gejala *anxiety*, hilang selera makan, sulit tidur, merasa tidak berdaya dalam mengurus anak, merasa kesulitan dalam memberi pemahaman terkait situasi pandemi dan protokol kesehatan, kesulitan memahami emosi dan keinginan anak (Dapic, 2020; Mazza et al., 2020; Yip, 2020; Mbazzi et al., 2021). Hal ini sejalan dengan penemuan dalam studi terdahulu yang mengaji respon psikis yang dialami orang dewasa terhadap situasi langka yang belum pernah dialami (*unprecedented situation*) akibat epidemi dan pandemi (H1N1, SARS, Ebola, MERS, Avian Influenza, di California, Florida, Texas, New York, Kentucky, Meksiko City dan Juarez, Toronto, Cina, Korea Selatan), bahwa orangtua khususnya ibu mengalami kerugian yang termanifestasi melalui gejala psikis akibat karantina yang mengganggu kehidupan emosional sehari-hari dan memengaruhi cara individu memandang/menghayati masalah dan mengatasi kesulitan di tengah kondisi yang serba terbatas (Hawryluck, 2004; Reynolds, 2007; Sprang & Silman, 2013; Jeong et al., 2016, dalam Lu, et al., 2020).

Namun demikian, hal ini tidak terjadi pada beberapa ibu lain. Studi terdahulu menemukan bahwa sebagian ibu merespon situasi pandemi dengan positif, menikmati keadaan di mana bisa memiliki lebih banyak waktu dan membangun bonding dengan anak, merasa lebih bahagia, percaya diri dan merasa optimis dalam mengontrol situasi (Brown et al., 2020; Lu et al., 2020). Chen et al (2020), dalam studinya menemukan 73% orang tua anak berkebutuhan khusus menunjukkan kesehatan mental baik; hanya 26.32% dari 703 orang tua yang mengasuh anak tunagrahita menunjukkan kesehatan mental rendah. Pratiwi et al., (2021), 97.79% orang tua di Banjarmasin dan 95.29% orang tua di Jogja menunjukkan rendahnya *toxic-parenting*, di mana faktor pemicu *parenting stress* selama masa pandemi COVID-19 di antaranya kondisi ekonomi yang memburuk, masalah perilaku anak, kecemasan, *daily hassles* yang terakumulasi, tuntutan keluarga yang terus meningkat, dan perselisihan dengan pasangan. Azzasyofia & Susilawati (2020), hanya 10.31% orang tua yang mengalami tingkat stres tinggi, di mana kesulitan mengatur anak, meningkatnya tantangan urusan rumah tangga, termasuk mendampingi anak belajar menjadi tiga faktor tertinggi yang menambah tekanan bagi orang tua.

Interaksi antara ibu dan anak merupakan hubungan dua arah (*bidirectional/transactional*), di mana kualitas pengasuhan ibu berkaitan dengan responsivitas ibu dalam memenuhi kebutuhan anak yang selanjutnya berkaitan dengan tumbuh-kembang dan status mental anak. Perubahan positif/negatif pada anak selanjutnya berkaitan dengan penilaian ibu terhadap kemampuan dirinya dalam

memberikan pengasuhan yang bermakna. Oleh karena itu, dibutuhkan strategi pengasuhan yang baik di tengah terbatasnya sumber daya yang dapat membantu ibu mengasuh anak.

Self-efficacy merupakan karakteristik ibu yang berkaitan dengan status kesehatan mental ibu yang menjadi faktor determinan dalam pengasuhan. *Self-belief*, optimisme, ditemukan berkaitan dengan pengasuhan positif (Bloomfield & Kendall, 2012; Nirmala, 2013). Studi terdahulu menemukan *parenting self-efficacy* mampu mereduksi tekanan pengasuhan yang dialami orang tua (Iskayanti, 2019; Sugiana et al., 2020). Mawardah et al., (2012) memprediksi *self-efficacy* berperan terhadap tinggi/rendah *parenting stress*.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, dapat ditarik beberapa rumusan masalah, yakni:

1. Bagaimana *parenting self-efficacy* pada ibu yang memiliki anak tunagrahita usia madya di Kota Bandung dalam situasi pandemi COVID-19?
2. Bagaimana *parenting stress* pada ibu yang memiliki anak tunagrahita usia madya di Kota Bandung dalam situasi pandemi COVID-19?
3. Bagaimana hubungan antara *parenting self-efficacy* dengan *parenting stress* pada ibu yang memiliki anak tunagrahita usia madya di Kota Bandung dalam situasi pandemi COVID-19?

II. METODOLOGI

A. *Parenting Self-Efficacy*

Menurut Coleman & Karraker (2000), *parenting self-efficacy* adalah perkiraan orangtua terkait kompetensi atas perannya sebagai orangtua atau kemampuan orangtua untuk secara positif memengaruhi perilaku dan perkembangan anak-anak mereka. Konsep *parenting self-efficacy* yang dikemukakan oleh Coleman & Karraker menggunakan pendekatan *domain-specific* yang artinya selain membahas mengenai kadar/tingkat keyakinan orang tua mengenai kemampuannya untuk melaksanakan fungsi pengasuhan secara umum, juga mencakup bagaimana keyakinan tersebut direfleksikan melalui tugas-tugas pengasuhan secara spesifik. Hal ini menunjukkan sifat *parenting self-efficacy* yang fleksibel, menyesuaikan dengan tuntutan/keadaan.

Parenting self-efficacy dapat diukur melalui 5 dimensi, yaitu:

1. *Achievement*, merupakan persepsi orang tua terhadap kemampuannya memfasilitasi pencapaian anak di sekolah.
2. *Recreation*, merupakan persepsi orang tua terhadap kemampuannya mendukung kebutuhan anak untuk rekreasi dan mendukung perkembangan keterampilan sosial dengan temannya.
3. *Discipline*, merupakan persepsi orang tua terhadap kemampuannya dalam mengawasi dan

membimbing anak terkait disiplin secara sehat.

4. *Nurturance*, merupakan persepsi orang tua terhadap kemampuannya dalam memberi dukungan emosional juga mendukung perkembangan emosi anak.
5. *Health*, merupakan persepsi orang tua terhadap kemampuannya memelihara kesehatan fisik anak secara preventif maupun korektif. Subdomain ini dipertimbangkan karena kesehatan fisik berkaitan dengan proses perkembangan.

B. Parental Stress

Menurut Berry & Jones (1995), *parenting stress* adalah reaksi orang tua terhadap hilangnya (*loss*) sumberdaya sebagai akibat dari tuntutan pengasuhan. *Parenting stress* merupakan hasil interaksi dua arah antara orang tua dan anak yang artinya selain melihat dampak dari tekanan pengasuhan terhadap perkembangan anak, penting juga untuk melihat bagaimana perilaku anak berdampak pada status mental orang tua. Konsep ini tidak hanya melihat stress dalam pengasuhan sebagai hal yang baik atau buruk. Lebih jauh, menjelaskan bahwa peran sebagai orang tua, yakni mengasuh (*caregiving*) dan mengembangkan relasi yang intim dengan anak, bisa menjadi sebuah tegangan (*role-strain*) dan melelahkan (*taxing*) yang mengakibatkan timbulnya perasaan terbebani dan konflik. Di samping itu, konsep ini mempertimbangkan ada/tidaknya keuntungan atau manfaat yang diantisipasi orang tua atas pengasuhannya. Oleh karena itu, *parenting stress* terbagi menjadi dua komponen yaitu:

1. *Strain*, melibatkan tuntutan terhadap berbagai sumber daya seperti, biaya, waktu, tenaga, adanya perasaan malu, dan kehilangan kontrol, penyesalan, dan persepsi atas ketidakmampuan dalam menjalankan tanggungjawab pengasuhan. Menunjukkan sejauh mana orang tua menganggap anak sebagai beban atau sumber yang dapat menimbulkan stres, individu merasa berat atas tanggung jawab sebagai orang tua, merasa anak sebagai sumber atas kurangnya kendali dalam hidup, dan rendahnya kepuasan yang dirasakan oleh orang tua berdasarkan pada perilaku yang ditunjukkan oleh anak.
2. *Pleasure*, merefleksikan ada/tidaknya keuntungan (*gains*) yang diekspektasikan. Hal ini terefleksi dalam perasaan bahagia, kedekatan dengan anak, afeksi, optimisme, dan kepuasan dalam melakukan pengasuhan. Anak dipandang berharga dan persepsi atas kedekatan anak bersama orang tua dapat memunculkan perasaan positif dalam diri dan rasa berharga (*parental reward*). Keuntungan secara emosional (*emotional benefits*), mengarahkan orang tua pada pengayaan diri (*self-enrichment/self-fulfillment*), dan pengembangan diri (*self-growth*).

III. PEMBAHASAN DAN DISKUSI

A. Hubungan Antara Parenting Self-Efficacy dan Parenting Stress

Berikut merupakan hasil koefisien korelasi menggunakan teknik korelasi Spearman, antara parenting self-efficacy dan parenting stress pada ibu yang memiliki anak dengan tunagrahita usia madya di Kota Bandung pada masa pandemi COVID-19.

TABEL 1. HASIL UJI KORELASI SPEARMAN

			Skor Total valid	Skor Total PS valid
Spearman's rho	Skor Total PSE valid	Correlation Coefficient Sig. (2-tailed) N	1.000	-.653**
	Skor Total PS valid	Correlation Coefficient Sig. (2-tailed) N	.653**	1.000
			.000	.000
			38	38

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan hasil perhitungan (Tabel 1.), diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar -.653. Nilai tersebut menunjukkan adanya hubungan yang kuat menurut tabel 'kriteria derajat kekuatan hubungan antara variabel' Silalahi (2017:584). Arah hubungan menunjukkan semakin tinggi parenting self-efficacy maka semakin rendah parenting stress ibu. Hal ini berlaku sebaliknya, semakin rendah parenting self-efficacy maka semakin tinggi parenting stress ibu.

B. Gambaran Parenting Self-Efficacy

TABEL 2. KATEGORISASI PARENTING SELF-EFFICACY

Kategori	F	%
Rendah	19	50%
Tinggi	19	50%
Total	38	100%

(Tabel 2.) menunjukkan sebanyak 19 ibu dengan persentase 50% memiliki parenting self-efficacy tinggi dan sebanyak 19 ibu dengan persentase 50% memiliki parenting self-efficacy rendah.

Parenting self-efficacy meliputi lima dimensi, yakni achievement, recreation, discipline, nurturance, dan health. (Tabel 3.) menunjukkan nilai rata-rata masing-masing dimensi terhadap skor keseluruhan.

TABEL 3. NILAI RATA-RATA DIMENSI PARENTING SELF-EFFICACY

Dimensi	Mean
<i>Achievement</i>	176.14
<i>Recreation</i>	172.57
<i>Discipline</i>	136.5
<i>Nurturance</i>	172.14
<i>Health</i>	182

Berdasarkan data (Tabel 3.), diketahui bahwa dimensi *health* memiliki nilai rata-rata sebesar 182 yang menunjukkan keyakinan ibu mengenai kemampuannya dalam menjaga kesehatan fisik anak tunagrahita usia madya di masa pandemi COVID-19 menjadi modal terbesar dalam meningkatkan *parenting self-efficacy*. Anak tunagrahita memiliki resiko besar terpapar masalah kesehatan karena; fungsi biologis, mengalami defisit dalam penyerapan zat besi yang memengaruhi simpanan energi untuk fungsi kognitif dan aktivitas harian (Wayanshakty et al., 2020), dan; hendaya yang dialami anak sehingga kesulitan untuk mengurus diri sendiri. Hambatan dalam menjangkau akses kesehatan meningkatkan kesiagaan ibu baik melalui tindakan preventif maupun korektif. Sementara dimensi *discipline* dengan nilai rata-rata 136.5 menunjukkan derajat keyakinan ibu mengenai kemampuannya dalam membiasakan/mengawasi disiplin dan menjaga rutinitas anak tunagrahita usia madya dalam situasi pandemi COVID-19 secara sehat, tergolong rendah jika dibandingkan dimensi lain. Anak tunagrahita mengalami hambatan fungsi kognitif sehingga kesulitan memahami konsep dan beradaptasi atas perubahan rutinitasnya, mengakibatkan ibu mengalami kesulitan dalam memberikan pengertian mengenai penyesuaian yang perlu dilakukan. Rendahnya persepsi ibu atas kemampuannya dalam menerapkan aturan dan disiplin secara sehat memungkinkan ibu menerapkan kebiasaan disiplin yang kaku dan mengarah pada kekerasan (Hutchison et al., 2016; Liu & Merritt, 2018; dan Yang, 2015; dalam Brown et al., 2020). Nilai rata-rata pada dimensi *pleasure* yang menunjukkan keyakinan ibu akan kemampuannya menunjukkan kasih sayang dan kehangatan terhadap anak lebih rendah dibanding dimensi *health*, *achievement*, dan *recreation*. Pengasuhan yang minim kehangatan berkaitan dengan tekanan pengasuhan (Ostberg & Hagekull, 2000, dalam Bloomfield & Kendall, 2012) dan menunjukkan rendahnya kepekaan dan responsivitas ibu dalam mengenali dan memenuhi kebutuhan anak (Coleman & Karraker, 2000). Kasih sayang dan kehangatan yang ditunjukkan ibu terhadap anak berkebutuhan khusus akan membuat anak merasa diterima, disayang, sehingga anak lebih kooperatif (Suparmi et al., 2018) dan timbal baliknya mendukung terwujudnya kesejahteraan psikologis ibu (Zulfiana, 2019).

C. *Gambaran Parenting Stress*

TABEL 4. KATEGORISASI PARENTING STRESS

Kategori	F	%
Rendah	19	50%
Tinggi	19	50%
Total	38	100%

(Tabel 4.) menunjukkan sebanyak 19 ibu dengan persentase 50% memiliki *parenting stress* tinggi dan sebanyak 19 ibu dengan persentase 50% memiliki *parenting stress* rendah.

Parenting stress meliputi dua komponen yakni, *strain* dan *pleasure*. (Tabel 5.) menunjukkan nilai rata-rata masing-masing komponen terhadap skor keseluruhan.

TABEL 5. NILAI RATA-RATA PARENTING STRESS

Dimensi	Mean
<i>Strain</i>	92.8
<i>Pleasure</i>	69.5

Berdasarkan data (Tabel 5.), diketahui bahwa komponen *strain* memiliki nilai rata-rata sebesar 92.8 yang menunjukkan rata-rata ibu menganggap mengasuh anak tunagrahita usia madya di masa pandemi COVID-19 merupakan suatu beban yang menguras sumber daya yang dimiliki. Meski begitu, nilai rata-rata komponen *pleasure* (69.5) menunjukkan adanya manfaat yang ibu peroleh dalam proses pengasuhan.

D. *Tabulasi Silang Parenting Self-Efficacy (PSE) dan Parenting Stress (PS)*

TABEL 6. TABULASI SILANG PSE DAN PS

		<i>Parenting Stress</i>		Total
		Rendah	Tinggi	
PSE	Rendah	6 15.8%	13 34.2%	19 50.0%
	Tinggi	13 34.2%	6 15.8%	19 50.0%
Total		19 50.0%	19 50.0%	38 100.0%

Berdasarkan data (Tabel 6.), diketahui bahwa 13 ibu (34.2%) mengalami *parenting self-efficacy* rendah dan *parenting stress* tinggi. Hal ini menunjukkan ketidakpercayaan ibu dalam memenuhi tanggung jawab mengasuh yang sesuai dengan pengetahuan yang dimiliki, diikuti perasaan merasa terbebani oleh tanggung jawab mengasuh anak dengan tunagrahita di masa pandemi COVID-19. Ibu dengan *parenting self-efficacy* rendah menunjukkan ketidakberdayaan dalam menjalankan praktik pengasuhan, berfokus pada kesulitan dalam menjalin relasi dengan anak, dan mempersepsi anak secara negatif (Coleman & Karraker, 2000). Ketika efikasi diri ibu belum kuat, maka kegagalan yang dialami akan berdampak lebih buruk dari individu dengan efikasi yang kuat (Alwisol, 2009). Hambatan-hambatan yang dialami ibu dianggap sebagai

ancaman yang menggerus sumber daya yang dimiliki tanpa adanya timbal balik. Hal ini boleh jadi disebabkan anak tidak menunjukkan respon yang dikehendaki. Seseorang dengan efikasi diri yang rendah dan lingkungan tidak responsif memprediksi hasil tingkah laku depresi (Alwisol, 2009).

Selain itu, 13 ibu (34.2%) mengalami parenting self-efficacy tinggi dan parenting stress rendah. Hal ini sejalan dengan studi yang dilakukan oleh Iskayanti (2019) dan Sugiana et al. (2020), tingginya parenting self-efficacy diikuti oleh rendahnya parenting stress.

Keyakinan yang tinggi menunjukkan ibu memiliki minat dan komitmen dalam mengasuh anak. Sikap optimis membantu ibu melihat keadaan secara logis dan realistis, sehingga mampu memahami masalah, percaya dengan kemampuan yang dimiliki untuk menyelesaikan masalah, dan berusaha mencapai yang terbaik. Ibu menunjukan sikap persisten terhadap tantangan atau hambatan yang muncul dengan memanfaatkan sumberdaya (waktu, tenaga, emosi, biaya) yang dimiliki (Berry & Jones, 1995). Keteguhan hati yang tinggi terhadap keyakinan diri untuk berhasil dalam menghadapi suatu permasalahan ditemukan pada wanita dengan self-efficacy tinggi (Aslamawati et al., 2011).

Ibu dengan parenting self-efficacy tinggi dan parenting stress rendah menunjukkan kapasitas ibu dalam menumbuhkan lingkungan pengasuhan anak yang sehat/terjaga dan stimulatif, bahagia, penuh kasih sayang, bersikap adaptif (Coleman & Karraker, 2000). Efikasi yang tinggi disertai ekspektasi hasil yang realistis akan membuat ibu bekerja keras dan bertahan mengerjakan tugas hingga selesai (Alwisol, 2009:288). Ibu mampu mengatasi tekanan secara efektif sehingga memperoleh imbalan berupa kepuasan dalam melakukan pengasuhan. Imbalan yang didapatkan yakni respon positif dari anak seperti, perkembangan yang ditunjukkan anak sebagai akibat dari proses pengasuhan yang diberikan ibu. Bandura (dalam Alwisol, 2009) menjelaskan, efikasi diri tinggi dan lingkungan yang responsif memprediksi hasil tingkah laku sukses dan melaksanakan tugas sesuai kemampuan.

Konsekuensi menguntungkan bagi kesehatan mental dari krisis ini adalah, apabila berhasil mengelola stress dan trauma dari tantangan saat ini akan mengantarkan individu pada pertumbuhan dan pengembangan diri (personal growth and development), yang mana akan menguatkan sense of competence dan menjadi faktor yang bersifat protektif bagi strategi koping dalam menghadapi sumber stress di masa mendatang (Fegert et al., 2020). Kemampuan memanfaatkan sumber daya yang dimiliki secara efektif membuat individu mengubah kesulitan yang ada menjadi media baginya untuk meningkatkan personal growth dan self-fulfilment (Berry & Jones, 1995).

E. Tabulasi Silang Parenting Self-Efficacy (PSE), Parenting Stress (PS), dan Data Demografi

TABEL 7. TABULASI SILANG PSE, PS, DEMOGRAFI

Demografi	PSE tinggi – PS rendah	PSE rendah – PS tinggi
Usia Ibu	Dewasa awal	Dewasa madya
Family Income	>UMR	<UMR
Stabilitas Finansial	Stabil	Menurun
Dukungan Pengasuhan	Keluarga	Sendiri
Taraf Tunagrahita	Sedang	Ringan
Pengalaman Mengasuh	Ber-pengalaman	Tidak punya pengalaman
Pendidikan	SMA, D3	SD, SMP, S1

Hasil tabulasi silang (Tabel 7.) menunjukkan status sosiodemografi ibu dan anak berkaitan dengan tinggi rendahnya parenting self-efficacy dan parenting stress ibu. Rendahnya parenting self-efficacy yang diikuti tingginya parenting stress pada ibu berusia dewasa madya (sekitar 40-60 tahun) berkaitan dengan tahap perkembangan individu. Menurut Levinson (1978, 1996, dalam Santrock, 2011:105-107), usia ini dijuluki 'masa krisis', masa yang 'menggemparkan', dan secara psikis 'menyakitkan'. Di masa ini mulai terjadi penurunan kemampuan fisik sehingga lebih mudah mengalami kelelahan dalam mengasuh anak, mulai melakukan refleksi dan evaluasi sejauh mana pengasuhannya memengaruhi perkembangan dan kemandirian anak, mulai memikirkan kontinuitas hidupnya karena masih harus mengurus anak, dan mulai mengkhawatirkan keberlanjutan hidup anaknya jika dirinya meninggal.

Indeks pendidikan yang rendah menunjukkan rendahnya parenting self-efficacy diikuti tingginya tekanan pengasuhan yang dialami ibu. Namun, seiring meningkatnya indeks pendidikan ibu maka parenting self-efficacy semakin tinggi dan parenting stress semakin rendah. Ibu dengan tingkat pendidikan akhir S1 menunjukkan rendahnya parenting self-efficacy diikuti tingginya parenting stress. Hal ini boleh jadi disebabkan ibu dengan jenjang pendidikan akhir strata satu lebih mengetahui kesulitan menjadi orangtua, maka lebih khawatir (Chi & Xu, 2018) dan cenderung memandang anak tunagrahita sebagai suatu ancaman (Semiun, 2006 h.44, dalam Mawardah et al., 2012).

Dukungan pengasuhan dan penghayatan akan kemampuan diri dalam mengontrol tantangan pengasuhan di masa pandemi COVID-19 secara negatif berkaitan dengan penghayatan terhadap stress, mengindikasikan kedua hal ini dapat menjadi faktor pelindung (protective factors) yang mengurangi resiko dan melindungi individu melawan peningkatan perceived stress (Brown et al., 2020). Persepsi ibu mengenai bantuan pengasuhan dari keluarga (suami/anak/kakek/nenek/dll) menunjukkan adanya bantuan yang berarti dalam mengasuh anak tunagrahita yang meringankan tugas ibu sehingga mengikis persepsi ibu mengenai stressor sebagai hal yang mengancam kesejahteraan dirinya dan menumbuhkan

keyakinan bahwa dirinya mampu menangani tanggungjawab tersebut di tengah berbagai tuntutan perannya yang lain dalam situasi pandemi ini. Hal ini sejalan dengan studi terdahulu bahwa dukungan pengasuhan secara negatif berhubungan dengan status mental orangtua (Mazza et al., 2020; Chen et al. 2020), dapat meningkatkan kontrol diri (Mazza et al., 2020), dan orangtua yang memiliki dukungan lebih banyak menunjukkan kemampuan yang lebih baik dalam melakukan pengasuhan yang positif (Sanders et al., 2014, dalam Brown, 2020).

Sementara ibu yang mengasuh seorang diri mengindikasikan adanya kemungkinan konflik yang menunjukkan komunikasi dan kerjasama antar pasangan atau antar anggota keluarga dalam melakukan pengasuhan tidak terjalin dengan baik. Ibu yang tidak memiliki teman diskusi untuk mengasuh anak mengalami tekanan pengasuhan yang tinggi (Chi & Xu, 2018). Pada akhirnya ibu merasa beban pengasuhan dilimpahkan padanya sepenuhnya. Ibu yang tidak banyak mendapat bantuan mengasuh anak mengarah pada kecenderungan perasaan sedang diawasi ataupun dinilai sebagai seseorang yang tidak kompeten dalam mengurus anak (Mazza et al., 2020).

Status sosial yang rendah berkontribusi terhadap tingginya tingkat depresi (Nguyen et al., 2020, dalam Bueno-Notivol et al., 2020) dan kondisi perekonomian yang memburuk menjadi faktor pemicu parenting stress di masa pandemi (Pratiwi et al., 2021). Rendahnya pendapatan keluarga menyulitkan ibu dalam memfasilitasi kebutuhan anak dengan tunagrahita di masa pandemi COVID-19, seperti kesulitan membeli alat-bahan untuk belajar karena harganya mahal (Mbazzi et al., 2020) dan inflasi harga bahan pangan menyulitkan orang tua memenuhi kebutuhan nutrisi anak.

Ibu yang mengasuh anak tunagrahita taraf ringan menunjukkan parenting self-efficacy rendah dan parenting stress tinggi. Hal ini mungkin terjadi karena anak dengan hendaya tunagrahita taraf ringan memiliki ciri yang tidak jauh berbeda dengan anak pada umumnya sehingga ibu terkadang menuntut anak untuk bisa beraktivitas sebagaimana anak pada umumnya yang menjadikan proses pengasuhan dan dukungan bagi perkembangan dan kemandirian anak menjadi tidak optimal. Sementara ibu yang mengasuh anak dengan tunagrahita taraf ringan yang memiliki karakteristik yang lebih menonjol mungkin menjadi faktor ibu mendapatkan dukungan nyata dari lingkungan, dibandingkan pada ibu yang mengasuh anak dengan tunagrahita taraf ringan.

Ibu yang memiliki pengalaman mengasuh (selain anak kandung), menunjukkan parenting self-efficacy tinggi dan parenting stress rendah. Ibu yang memiliki pengalaman mengasuh ditemukan memiliki tingkat efikasi pengasuhan yang lebih tinggi dan tingkat stres yang lebih rendah dibanding ibu tanpa pengalaman mengasuh anak (Coleman & Karraker, 2000). Ibu yang memiliki pengalaman mengasuh memiliki gambaran terkait tahapan perkembangan anak dan mampu menyikapi capaian

perkembangan anaknya secara lebih terampil dan fleksibel (Coleman & Karraker, 2000). Selain itu, pengalaman yang dinilai bagus mampu meningkatkan ekspektasi efikasi, sedangkan kegagalan menurunkan efikasi (Alwisol, 2009). Keberhasilan di masa lalu (*mastery experience* /*performance accomplishment*) merupakan prediktor yang memiliki pengaruh paling kuat dalam mengubah efikasi diri seseorang. Hal ini sejalan dengan studi yang dilakukan Devina & Peny (2016) bahwa, pengalaman membantu ibu dalam menghadapi kesulitan pengasuhan anak dengan cerebral palsy yang mengalami hambatan verbal.

IV. KESIMPULAN

Berdasarkan pembahasan dalam penelitian ini, peneliti menyimpulkan beberapa hasil penelitian sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan yang kuat signifikan antara parenting self-efficacy dengan parenting stress pada ibu yang memiliki anak dengan tunagrahita usia madya di Kota Bandung dalam situasi pandemi COVID-19 dengan arah hubungan negatif, semakin tinggi parenting self-efficacy maka semakin rendah parenting stress yang dialami ibu. Hal ini berlaku sebaliknya yakni, semakin rendah parenting self-efficacy maka semakin tinggi parenting stress yang dialami ibu.
2. Parenting self-efficacy menjadi salah satu prediktor yang memberi sumbangan besar pada tinggi/rendahnya parenting stress yang dialami ibu.
3. Persentase tingkat parenting stress ibu tergolong tinggi menunjukkan, ibu kehilangan sumber daya akibat tuntutan pengasuhan yang tinggi sehingga tanggung jawab mengasuh anak dengan tunagrahita di masa pandemi COVID-19 dianggap sebuah beban.
4. Ibu dengan parenting self-efficacy tinggi dan parenting stress rendah adalah ibu berusia dewasa awal, indeks pendidikan tinggi, memiliki pendapatan bulanan keluarga di atas UMR, mengalami kestabilan finansial di masa pandemi COVID-19, mendapat dukungan pengasuhan dari keluarga, mengasuh anak tunagrahita taraf sedang, dan memiliki pengalaman mengasuh anak selain anak kandungnya. Sementara, ibu dengan parenting self-efficacy rendah dan parenting stress tinggi adalah ibu berusia dewasa madya, indeks pendidikan rendah dan S1, memiliki pendapatan bulanan keluarga di bawah UMR, mengalami penurunan finansial di masa pandemi COVID-19, mengasuh anak seorang diri, mengasuh anak tunagrahita taraf ringan, dan tidak memiliki pengalaman mengasuh anak selain anak kandungnya.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Alwisol. (2009). Psikologi Kepribadian (Edisi Revisi). UMM

- Press.
- [2] American Association on Intellectual and Developmental Disabilities. (2008). *Frequently Asked Questions on Intellectual Disability and the AAIDD Definition*. Washington: The AAIDD Terminology and Classification Committee.
- [3] Aslamawati, Y., & Usman, D. N. (2011). Studi Deskriptif Partisipasi Perempuan dalam Jabatan Struktural sebagai Pucuk Pimpinan Unit Kerja di Lingkungan Unisba Ditinjau dari Aspek "Self Efficacy". *Prosiding SNaPP: Sosial, Ekonomi, dan Humaniora*, 2(1). ISSN 2089-3590
- [4] Azzasyofia, M., & Susilowati, E. (2020). Pengaruh Anak Belajar di Rumah dengan Tingkat Stress Orang Tua. *International Journal of Science and Society*, 2(3).
- [5] Berry, J. O., & Jones, W. H. (1995). The Parental Stress Scale: Initial Psychometric Evidence. *Journal of Social and Personal Relationships*, 12(3), 463-472. DOI: 10.1177/0265407595123009
- [6] Bloomfield, L., & Kendall S. (2012). Parenting Self-Efficacy, Parenting Stress and Child Behaviour Before and After a Parenting Programme. *Primary Health Care Research & Development*, 13(4), 364-72. DOI: 10.1017/S1463423612000060
- [7] Brown, S. M., Doom, J. R., Lechuga-Peña, S., Watamura, S. E., & Koppels, T. (2020). Stress and parenting during the global COVID-19 pandemic. *Child abuse & neglect*, 110(2), 104699. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2020.104699>
- [8] Chen, S. Q., Chen, S. D., Li, X. K., & Ren, J. (2020). Mental Health of Parents of Special Needs Children in China during the COVID-19 Pandemic. *International journal of environmental research and public health*, 17(24), 9519. DOI: <https://doi.org/10.3390/ijerph17249519>
- [9] Chi, L. C., & Xu, H. X. (2018). Parenting Stress and its Associated Factors among Parents Working in Hospitality and Services Industries of Macau. *J Tourism Hospit*, 7(3). ISSN: 2167-0269. DOI: 10.4172/2167-0269.1000362
- [10] Coleman, P. K. (1998). *Maternal Self-Efficacy Beliefs as Predictors of Parenting Competence and Toddlers' Emotional, Social, and Cognitive Development*. (Graduate Theses, Dissertations, and Problem Reports, 3118, West Virginia University, 1998), diakses dari <https://researchrepository.wvu.edu/etd/3118>
- [11] Coleman, P. K., & Karraker, K. H. (2000). Parenting Self-Efficacy among Mothers of School-Age Children: Conceptualization, Measurement and Correlates. *Family Relations*, 49, 13-24. DOI: 10.1111/j.1741-3729.2000.00013.x
- [12] Courtnehay, K., & Perera, B. (2020). COVID-19 and People with Intellectual Disability: Impacts of a Pandemic. *Irish Journal of Psychological Medicine*, 37(3), 231-236. doi:10.1017/ipm.2020.45
- [13] Devina, L., & Peny, H. (2016). Gambaran Hardiness pada Ibu Pengasuh Utama Anak Cerebral Palsy. *IJDS*, 3(1), 26-33
- [14] Fegert, J. M., Vitiello, B., Plener, P. L., & Clemens, V. (2020). Challenges and Burden of the Coronavirus 2019 (COVID-19) Pandemic for Child and Adolescent Mental Health: a Narrative Review to Highlight Clinical and Research Needs in the Acute Phase and the Long Return to Normality. *Child Adolesc Psychiatry Mental Health*, 14, 20. DOI:10.1186/s13034-020-00329-3
- [15] Iskayanti, A. (2019). Self-efficacy parenting and nursing stress: Study on mother from spectrum autism children. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 4(1). DOI : 10.21580/pjpp.v4i1.3298
- [16] Mash, E. J., & Wolfe, D. A. (2016). *Abnormal Child Psychology* (Electronic Version, 6th edition). Boston: Cengage Learning.
- [17] Mazza, C., Ricci E., Marchetti, D., Fontanesi, L., Giandomenico, S. D., Verrocchi, M. C., & Roma, P. (2020). How Personality Relates to Disasters in Parents during the COVID-19 Lockdown: The Mediatin Role of Child's Emotional and Behavioral Difficulties and the Moderating Effect of Living with Other People. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17, 6236. DOI:10.3390/ijerph17176236
- [18] Mawardah, U., Hidayanti F., & Siswanti. (2012). Relationship between Active Coping with Parenting Stress in Mother of Mentally Retarded Child. *Jurnal Psikologi*, 1(1), 1-14. <http://ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/empati>
- [19] Mbazzi, F. B., Nalugya, R., Kawesa, E., Nimusiima, C., King, R., van Hove, G., & Seeley, J. (2021). The Impact of COVID-19 Measures on Children with Disabilities and Their Families in Uganda. *Disability & Society*. DOI: <https://doi.org/10.1080/09687599.2020.1867075>
- [20] Nirmala, A. P. (2013). Tingkat Kebermaknaan Hidup dan Optimisme pada Ibu yang Mempunyai Anak Berkebutuhan Khsus. *Developmental and Clinical Psychology*, 2(2). ISSN 2252-6358. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/dcp>
- [21] Pratiwi, H., Yarliani, I., Ismail, M., Haida, R. N., Asmayanti, N. (2021). Assessing the Toxic Levels in Parenting Behavior and Coping Strategies Implemented during the COVID-19 Pandemic. *Jurnal Pendidikan Usia Dini*, 14(2), 231 - 246. DOI: <https://doi.org/10.21009/JPUD.142.03>
- [22] Silalahi, U. (2017). *Metode Penelitian Sosial Kuantitatif* (Cetakan ke lima, edisi revisi). Bandung: PT Refika Aditama. ISBN: 978-602-7948-78-5
- [23] Sugiana, S., Susmiati, S., & Yulistia, A. (2020). Relationship Between Parenting Self-Efficacy and Parenting Stress on Parents to Support Early Children Playing at Home. *Indonesian Journal of Early Childhood Education Studies*, 9(2), 124-129. ISSN 2252-8415. DOI: 10.15294/IJECES.V9I2.42212
- [24] Wayanshakty, J. P., Dewi, Y. L. R., & Pamungkasari, E. P. (2020). The Contextual Effect of School on Self-Care in Children with Mental Retardation in Surakarta, Central Java. *Journal of Maternal and Child Health*, 5(1), 19-27. DOI: <https://doi.org/10.26911/thejmch.2020.05.01.03>
- [25] Yip, K. H. (2020). Ageing Parents of Children with Intellectual Disability during the COVID-19 Epidemic in Hong Kong. *Public Health in Practice*, 1. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.puhip.2020.100053>
- [26] Halimah Dzar Nurul, Nawangsing Endah. (2021). Studi Deskriptif Mengenai Happiness pada Mahasiswa Pengguna Media Sosial di Kota Bandung. *Jurnal Riset Psikologi*, 1(1), 7-11.