

PENGARUH PENERIMAAN DIRI TERHADAP TINGKAT STRES PADA ORANG TUA YANG MEMILIKI ANAK *CEREBRAL PALSY* DI YAYASAN SAYAP IBU BANTEN (UNIT PELAYANAN DISABILITAS) TANGERANG SELATAN

Syifaa Inayah Putri Sulisty; Eny Suwarni; Marshela Novianti

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Pendidikan, Universitas Al Azhar Indonesia, Jl. Sisingamangaraja No.2, RT.2/RW.1, Selong, Kec. Kby. Baru, Kota Jakarta Selatan , 12110

Abstrak - Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penerimaan diri terhadap tingkat stres pada orang tua yang memiliki anak cerebral palsy di Yayasan Sayap Ibu Banten (Unit Pelayanan Disabilitas) Tangerang Selatan. Metode penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif (deskriptif) dengan teknik sampling Non Probability Sampling (sampling jenuh). Subjek berjumlah 47 orang tua dari anak disabilitas cerebral palsy. Penelitian ini menggunakan skala penerimaan diri terdiri 32 item ($r=0,892$) dan skala stres terdiri 38 item ($r=0,941$). Metode analisis yaitu uji analisis regresi linear sederhana. Hasil penelitian adalah nilai sig. $0,624 > 0,005$, persamaan regresi $\hat{Y} = 122,139 + (-0,127) X$, artinya tidak terdapat pengaruh signifikan antara penerimaan diri terhadap tingkat stres pada orang tua yang memiliki anak cerebral palsy. Hal ini dapat diartikan semakin tinggi penerimaan diri seseorang maka semakin rendah tingkat stres yang dimiliki. Kontribusi penerimaan diri sebesar 0,5% sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Kata Kunci : *Tingkat Stres, Penerimaan diri, Cerebral Palsy*

Abstract – This study intends to decide the impact of self-acceptance on stress levels in parents who have children with cerebral palsy at Mother’s Wing Foundation the South Tangerang (Disability Service Unit). The method used in this research is a quantitative approach (descriptive statistics) with an inspecting procedure of Non-Probability Sampling (immersed examining). The subjects were 47 parents of kids with cerebral palsy. This study utilizes the self-acceptance scale

comprising 32 items ($r = 0.892$) and the stress scale comprising 38 items ($r = 0.941$). The analytical technique utilized is a simple linear regression analysis test. This research discovered that the value of sig. $0.624 > 0.005$, the regression equation = $122.139 + (-0.127) X$, meaning that there is no impact between self-acceptance and stress levels for parents who have kids with cerebral palsy at Mother’s Wing Foundation the South Tangerang (Disability Service Unit). It can be interpreted that the higher a person’s self-acceptance, the lower the level of stress they have. The contribution of self-acceptance is 0.5% while the rest is influenced by other factors not examined in this study.

Keywords: *Stress Levels, Self-Acceptance, Cerebral Palsy*

I. PENDAHULUAN

Anak penyandang disabilitas atau anak berkebutuhan khusus merupakan anak yang berbeda dengan anak sebaya lainnya baik dalam segi fisik, mental, intelektual ataupun sensorik. Hal ini terjadi karena adanya gangguan dalam masa kehamilan, saat persalinan maupun ketika bayi sudah lahir sehingga tumbuh kembang anak menjadi terhambat dan bermasalah. Menurut Desiningrum (2016: 2) anak berkebutuhan khusus yaitu anak yang memiliki keterbatasan pada satu atau lebih kemampuan baik secara fisik maupun psikologis hal ini disebabkan adanya gangguan perkembangan pada anak. Menurut data Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KEMENPPPA) Indonesia mengenai profil anak tahun 2020 menjelaskan dari

31,6% jumlah anak di Indonesia terdapat 0,79% anak penyandang disabilitas diantaranya 0,86% anak laki-laki dan 0,72% anak perempuan (diakses melalui KEMENPPPA tanggal 1 Oktober 2021).

Salah satu jenis disabilitas yang terjadi yaitu *cerebral palsy*. *Cerebral palsy* adalah disabilitas fisik yang disebabkan adanya gangguan pada otak akibat adanya kerusakan maupun luka yang dapat mempengaruhi kemampuan fungsi gerak (motorik) pada tubuh individu, sikap, bentuk tubuh, koordinasi serta adanya gangguan psikologis dan sensoris. Hal ini terjadi karena infeksi pada janin, kesulitan dalam persalinan atau proses kelahiran yang menyebabkan luka (Desiningrum, 2016: 98). Sehingga pengasuhan, penanganan serta perawatan yang diberikan kepada anak dengan *cerebral palsy* dilakukan secara khusus dan terfokus dibandingkan dengan anak normal lainnya.

Peran utama yang terlibat dalam membantu, menangani, merawat maupun mengasuh anak *cerebral palsy* yaitu orang tua anak tersebut. Orang tua merupakan role model pertama yang dimiliki anak untuk belajar dan mengetahui kehidupan di dunia. Salah satu peran penting orang tua terhadap anak yaitu memberikan kasih sayang, perlindungan dan menjalin hubungan baik dengan anak (Dermawan & Hadi, 2011: 214). Namun dalam implementasinya banyak orang tua yang merasakan tekanan sehingga mempengaruhi kesehatan diri baik secara fisik maupun mental.

Tekanan tersebut seperti ketika orang tua mengetahui bahwa anak mereka memiliki keterbatasan, maka keinginan orang tua terhadap anak tersebut menjadi hilang sehingga memunculkan guncangan psikis yang menyebabkan timbulnya shock, mudah tersinggung atau marah, cemas, merasa gugup atau sedih, rendahnya minat, motivasi atau tenaga, dan selalu merasa ingin menangis (Nevid dkk, 2018:153).

Hal ini terjadi karena kekecewaan yang dimiliki serta adanya penolakan dari orang tua terhadap anak tersebut. Akibatnya, ketika orang tua melakukan pengasuhan, munculnya jarak dan merasakan tidak menerima anak tersebut sebagai bagian dari keluarga. Hal ini merupakan suatu reaksi permusuhan yang dirasakan oleh orang tua dalam beradaptasi dengan tuntutan peran. Permusuhan tersebut menyebabkan penurunan kualitas pengasuhan terhadap anak seperti kasih sayang, perhatian dan kehangatan serta memunculkan faktor negatif seperti penerapan disiplin yang keras, melakukan penarikan diri dari tanggung jawab untuk merawat, serta adanya ekspresi negatif yang ditunjukkan orang tua terhadap anak (Deckard, 2004: 74-79)

Selain itu, Orang tua juga mengeluarkan tenaga yang lebih dalam merawat dan membesarkan anak dengan disabilitas *cerebral palsy*, sehingga dari hal ini membuat orang tua merasa frustrasi karena anak dengan disabilitas *cerebral palsy* memiliki banyak kebutuhan serta membutuhkan bantuan disetiap aktivitas sehari-hari karena keterbatasan yang dimiliki anak tersebut, dari hal ini memunculkan gangguan fisik seperti kelelahan, sakit kepala, sakit perut atau gangguan pencernaan, ketegangan otot, perubahan nafsu makan, merasa akan pingsan serta pusing (Nevid dkk, 2018:153).

Orang tua memiliki anak dengan disabilitas *cerebral palsy* juga merasakan ketidak dukungan yang didapatkan dari lingkungan sosial (Deckard, 2004:27-69). Orang tua selalu menjadi bahan ejekan dan obrolan. Tidak hanya itu keluarga dengan anak disabilitas juga sering dikucilkan dan dijauhi oleh lingkungan keluarga, maupun masyarakat sekitar. Hal ini menjadikan percaya diri orang tua tersebut menjadi rendah dan menganggap anaknya berbeda. Akibatnya, orang tua tersebut lebih menutup diri dikarenakan rasa malu dan menganggap bahwa anak disabilitas yang dimilikinya merupakan aib keluarga.

Tekanan lain yang didapatkan oleh orang tua adalah banyaknya pengeluaran kebutuhan sehari-hari seperti (*diapers, medical check up, fisioterapi*) namun pengeluaran tersebut tidak sebanding dengan pemasukan yang dimiliki oleh orang tua anak disabilitas *cerebral palsy*. Hal ini disebabkan karena banyak keluarga dari anak penyandang disabilitas *cerebral palsy* merupakan keluarga dari pra-sejahtera, yaitu keluarga yang belum memenuhi indikator keluarga sejahtera. Keluarga tersebut belum bisa memenuhi kebutuhan dasar seperti sandang, pangan, papan, pendidikan serta kesehatan. (Anwar, David, & Pali, 2016: 2).

Dari penjelasan ini dapat diketahui bahwa hal yang dirasakan oleh orang tua dari anak *cerebral palsy* yaitu stres. Stres merupakan suatu akibat dari adanya interaksi yang dilakukan oleh suatu individu terhadap lingkungannya dan stressor berasal dari dalam diri yaitu biologis, psikologis serta dari sosial individu tersebut (Sarafino & Smith, 2011: 56). Stres dapat meningkat ketika terdapat suatu peristiwa yang menuntut serta mengancam individu tersebut, serta sumber daya yang dimiliki individu tersebut tidak dapat membantu mengatasi tuntutan maupun permintaan yang dimunculkan dalam suatu peristiwa yang terjadi (Cohen & Williamson, 1988: 31).

Stressor muncul pada kasus orang tua dengan anak disabilitas *cerebral palsy* melalui 3

bentuk yaitu (1) Reaksi emosi (2) reaksi fisik (3) Reaksi perilaku, (Wilkinson dalam Palupi, 2021:39). Dalam stres juga memiliki tingkatan yang berbeda-beda diantaranya stres ringan, sedang dan berat (Priyoto, 2014:8-9) hal ini juga dirasakan oleh orang tua dan dijelaskan pada penelitian sebelumnya. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Nisa Nurmayati tahun 2019 mengenai “Hubungan Antara Tingkat Stres Pengasuhan Orang Tua Dengan Kemampuan Motorik Anak *Cerebral Palsy* di Rumah Cerebral Palsy Bogor” mendapatkan hasil bahwa orang tua yang memiliki anak *cerebral palsy* dengan kemampuan motorik ringan terdapat 29% orang tua mengalami stres ringan dan 12% mengalami stres berat. Selanjutnya orang tua yang memiliki anak *cerebral palsy* dengan kemampuan motorik berat terdapat 39% orang tua mengalami stress ringan dan 20% orang tua mengalami stres berat.

Penerimaan diri merupakan salah satu hal terpenting dalam kehidupan seseorang. Penerimaan diri sendiri memberikan arahan kepada individu yang berkaitan dengan perilaku yang akan ditampilkannya. Menurut Jersild (1978: 36) penerimaan diri adalah suatu kemampuan individu yang memiliki kesadaran akan karakteristik dirinya dan nyaman dengan emosi yang dimiliki, yakin atas kemampuan dalam menjalankan kehidupan yang dimana ia dapat memikul tanggung jawab dan tantangan dalam hidup, memiliki keyakinan atas keputusan yang dipilih sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan bersedia menjalani serta menghadapi baik dan buruknya kehidupan.

Individu yang memiliki penerimaan positif dalam hidupnya maka akan selalu bahagia dan bangga pada dirinya, sedangkan individu yang tidak memiliki penerimaan positif melainkan negatif maka individu tersebut akan sulit untuk mengembangkan diri di masyarakat atau sosial. Hal yang dapat muncul ketika individu memiliki penerimaan negatif yaitu timbul kekecewaan, kesedihan dan hilangnya semangat dalam diri. Efek terberat yang terjadi adalah individu menjadi tidak memiliki tujuan dalam hidupnya.

Individu yang memiliki penerimaan diri baik maka akan selalu bersikap positif, menerima kekurangan dan kelebihan, serta memiliki pandangan positif terhadap masa lalu (Rakhmat dalam Firmansyah dkk.,2019:15). Sehingga individu dapat bersosialisasi serta mengetahui tujuan terhadap dirinya. Individu selalu berfikir dan bersikap positif maka individu dapat mengatasi dan mengatur situasi emosional yang dimiliki, dapat menerima pendapat orang lain serta bersedia membantu orang lain.

Penerimaan diri juga dapat dipengaruhi dari seberapa besar pengetahuan yang individu miliki. Ketika pengetahuan semakin meningkat maka penerimaan diri akan semakin positif, harapan yang dibangun realistis, lingkungan sosial selalu memberikan dukungan, individu dapat melihat diri sebagai orang lain sehingga individu tersebut dapat menilai keberhasilan yang dimiliki dalam kehidupannya, memahami kekuatan dan kelemahan, dapat bertanggung jawab, tidak merasa iri dan berhak memiliki ide, keinginan serta harapan (Jersild dalam Pratisya, E.C (2015):95).

Berdasarkan hasil wawancara awal pada tanggal 16 Oktober 2021 dan pada tanggal 2 November – 29 November 2021 bersama salah satu pengurus Yayasan Sayap Ibu Provinsi Banten, dan orang tua dengan anak disabilitas *cerebral palsy* didapatkan kesimpulan bahwa orang tua mengalami kurangnya penerimaan (menolak) serta mengalami stres saat merawat dan membesarkan anak. Orang tua merasakan *shock*, kecewa, frustrasi, sedih, tidak mendapat dukungan dari lingkungan sosial serta merasakan permasalahan pada fisik seperti jantung berdegup kencang, tegang otot, sakit kepala, gangguan pencernaan, keringat dingin dan perubahan nafsu makan, serta kesulitan dalam memenuhi kebutuhan anak dengan disabilitas *cerebral palsy*.

Berdasarkan latar belakang dan fenomena yang terjadi terkait penerimaan diri dan tingkat stres pada orang tua anak penyandang disabilitas *cerebral palsy*, oleh karena itu penulis tertarik melakukan penelitian untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh penerimaan diri terhadap tingkat stres pada orang tua yang memiliki anak *cerebral palsy* di yayasan sayap ibu banten (unit pelayanan disabilitas) tangerang selatan.

II. KERANGKA TEORI / TINJAUAN PUSTAKA

Stres

Menurut Sarafino & Smith (2011:56) stres adalah suatu kondisi yang diakibatkan oleh adanya interaksi antara individu dengan lingkungannya dimana sumber stres ini berasal dari sistem biologis, psikologis dan sosial individu maupun lingkungan sekitar individu.

Dalam stres juga memiliki tingkatan diantara yaitu (1) Stres Ringan; (2) Stres Sedang; dan (3) Stres Berat (Priyoto, 2014:8-9). Sarafino & Smith (2011:60-71) membagi aspek stres

menjadi 3 yaitu fisik, psikologis (kognitif dan emosi) dan sosial.

Stres sendiri dapat muncul dari berbagai faktor diantaranya (1) Faktor Pribadi (berhubungan dengan kondisi individu) dan Faktor Situasi (berhubungan dengan lingkungan dan peristiwa atau situasi yang dialami) (Sarafino & Smith, 2011:58-59). Selain itu terdapat faktor yang mempengaruhi munculnya stres pada orang tua diantaranya (1) Transisi Menjadi Orang Tua, (2) Usia dan Jenis Kelamin Orang Tua, (3) Perbedaan Individu, (4) Adanya Prematuritas dan Berat Badan Anak Ketika Lahir Rendah, (5) Penyakit Anak, (6) Diagnosis dan (7) Stigma (Deckard, 2004:27-69).

Namun terdapat juga cara untuk menurunkan tingkat stres diantaranya adanya dukungan sosial (dikeluarga dan masyarakat), kegiatan *relaxation*, dan *personal wellness* (Newstrom, 2007:363).

Penerimaan Diri

Menurut Jersild (1978:36) penerimaan diri adalah suatu kemampuan individu yang memiliki kesadaran akan karakteristik dirinya dan nyaman dengan emosi yang dimiliki, yakin atas kemampuan dalam menjalankan kehidupan yang dimana ia dapat memikul tanggung jawab dan tantangan dalam hidup, memiliki keyakinan atas keputusan yang dipilih sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan bersedia menjalani serta menghadapi baik dan buruknya kehidupan.

Dalam penerimaan diri memiliki berbagai aspek diantaranya: (1) Persepsi Mengenai Diri dan Penampilan, (2) Sikap Terhadap Kelemahan dan Kekuatan Diri Sendiri Dan Orang Lain, (3) Perasaan Inferioritas Sebagai Gejolak Penerimaan Diri, (4) Respon Atas Penolakan dan Kritik, (5) Keseimbangan Antara "real self" dan "ideal self", (6) Penerimaan Diri dan Penerimaan Orang Lain, (7) Menuruti Kehendak dan Menonjolkan Diri, (8) Spontanitas, dan Menikmati Hidup, (9) Aspek Moral Penerimaan Diri, dan (10) Sikap Terhadap Penerimaan Diri (Jersild, 1978:94).

Faktor yang mempengaruhi munculnya penerimaan diri menurut Hurlock (dalam Rahayu & Ahyani, 2017) diantaranya yaitu : (1) Harapan Yang Realistis, (2) Pemahaman Diri, (3) Wawasan Sosial dan (4) Konsep Diri Yang Stabil.

Orang Tua

Murdoko (2017:1) menjelaskan bahwa orang tua merupakan pemimpin dalam keluarga yang dimana berfungsi sebagai penyeimbang keluarga dan bertugas memikirkan dan melakukan

suatu hal yang berhubungan dan berkaitan dalam penanganan kondisi serta menumbuhkembangkan potensi anak.

Peran orang tua menurut Siegel & Hartzell (2014:24) adalah memberikan perhatian, kenyamanan dan berempati secara penuh kepada anak dan menjadi role model untuk belajar tentang kehidupan, yang dimana anak juga dapat belajar berkomunikasi dengan mencontoh yang dilakukan orang tua terhadapnya.

Cerebral Palsy

Menurut Desiningrum (2016:98) *cerebral palsy* yaitu disabilitas fisik yang disebabkan adanya gangguan pada otak akibat adanya kerusakan maupun luka yang dapat mempengaruhi kemampuan fungsi gerak (motorik) pada tubuh individu, sikap, bentuk tubuh, gangguan koordinasi serta adanya gangguan psikologis dan sensoris. Hal ini terjadi karena infeksi pada janin, kesulitan dalam persalinan atau proses kelahiran yang menyebabkan luka. Cerebral palsy memiliki tingkatan diantaranya : (1) Ringan / mild, (2) Sedang / moderate, dan (3) Berat / severe (Desiningrum, 2016: 99).

III. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif (statistik deskriptif) dengan teknik sampling *Non Probability Sampling* (sampling jenuh) dan menggunakan tryout terpakai dalam mendapatkan data. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 47 orang tua anak dengan disabilitas *cerebral palsy* yang diambil dari keseluruhan populasi yang ada di UPD (Unit Pelayanan Disabilitas) Tangerang Selatan – Yayasan Sayap Ibu Banten. Penelitian ini dilakukan pada bulan November 2021 – Maret 2022.

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu wawancara (untuk melihat fenomena awal) dan kuesionaire yang terbagi menjadi 2 skala yaitu penerimaan diri (32 item) (bentuk jawaban skala likert) dan skala tingkat stres (38 item) (bentuk jawaban skala jenjang (aspek fisik) dan likert (aspek psikologis dan sosial) yang dibentuk oleh peneliti. Skala kuesionaire diberikan kepada subjek melalui offline (kertas) dan online (gform).

Skala dalam penelitian ini menggunakan pernyataan mendukung (favorable) dan tidak mendukung (unfavorable) pada skala likert menggunakan pilihan 5 jawaban yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Netral (N), Tidak Setuju (TS) dan Sangat Tidak Setuju (STS) dan skala

jenjang menggunakan 5 pilihan jawaban yaitu Selalu (Sel), Sering (Ser), Kadang-Kadang (KK), Jarang (J) dan Tidak Pernah (TP).

Analisis data dalam penelitian ini diantaranya: (1) Uji Validitas, (2) Uji Reliabilitas, (3) Uji Normalitas, (4) Uji Linearitas, dan (5) Uji Analisis Regresi Linear Sederhana dengan dibantu alat analisis yaitu *SPSS IBM Statistics Version 24*.

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Dalam penelitian ini mendapatkan hasil bawah 87% (41 orang) responden merupakan perempuan dan 13% (6 orang) responden merupakan laki-laki. Selanjutnya 92% responden (43 orang) memiliki usia diatas 30 tahun dan 8% responden (4 orang) memiliki usia dibawah 30 tahun. Kemudian mayoritas pada responden memiliki anak dengan rentang usia 8-14 tahun (60% / 28 orang). Selanjutnya mayoritas responden memiliki anak berjumlah 2 anak dengan persentase 43% serta hasil tingkat ekonomi dalam penghasilan perbulan diketahui mayoritas responden 62% (29 orang) memiliki range gaji 0-1 juta perbulan.

Hasil jawaban pada kuesionaire skala penerimaan diri diketahui bahwa responden dengan kategorisasi rendah terdapat 8 subjek (17%), sedang terdapat 31 subjek (66%), dan tinggi terdapat 8 subjek (17%). Selanjutnya pada skala tingkat stres didapatkan responden dengan kategorisasi rendah terdapat 5 subjek (10,6%), sedang 33 subjek (70,2%), dan tinggi 9 subjek (19,1%).

Hasil uji normalitas mendapatkan hasil bahwa nilai (Asymp. Sig > 0,05) penerimaan diri (0,973 > 0,05) dan tingkat stres (1,000 > 0,05) yang berarti variabel penerimaan diri dan tingkat stres berdistribusi normal. Selanjutnya Hasil uji linearitas mendapatkan hasil nilai sig. dari *Deviation from Linearity* > 0,05 (0,519 > 0,05), yang berarti variabel penerimaan diri dan tingkat stres memiliki hubungan yang linear.

Hasil uji analisis regresi linear sederhana mendapatkan hasil persamaan $\hat{Y} = 122,139 + (-0,127) X$. nilai konstanta (a) yaitu 122,139 dapat diartikan jika nilai penerimaan diri (X) adalah 0, maka nilai dari tingkat stres (Y) yaitu 122,139. Selanjutnya pada nilai koefisien regresi (b) mendapatkan nilai -0,127 maka dapat diartikan jika nilai variabel penerimaan diri mengalami kenaikan atau bertambah sebesar 1, maka nilai tingkat stres akan mengalami penurunan sebesar -0,127. Pada koefisien regresi (b) bernilai negatif maka dapat

diartikan bahwa terdapat hubungan negatif antara penerimaan diri dengan tingkat stres. Sehingga dapat dijelaskan bahwa semakin tinggi penerimaan diri seseorang maka akan semakin rendah tingkat stres yang dimiliki.

Table 4.1 Uji Analisis Regresi Linear Sederhana

Coefficients ^a				
Model	Unstandardized Coefficients	Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta	
(Constant)	122,139	32,069		3,809 0,000
Penerimaan Diri (X)	-0,127	0,258	-0,073	-0,494 0,624

a. Dependent Variable: TINGKAT STRES (Y)

Berdasarkan hasil pada tabel uji signifikansi menunjukkan bahwa hasil perhitungan $F_{hitung} < F_{tabel}$ yaitu $0,244 < 4,05$ dan juga signifikansi yang didapatkan $0,624 > 0,005$. Sehingga H_0 diterima dan H_a ditolak. Maka dapat diartikan bahwa tidak terdapat pengaruh penerimaan diri terhadap tingkat stres pada orang tua yang memiliki anak cerebral palsy di Yayasan Sayap Ibu Banten (Unit Pelayanan Disabilitas) Tangerang Selatan.

Table 4.2 Uji Signifikansi

ANOVA ^a					
Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig
Regression	129,286	1	129,286	0,244	,624 ^b
Residual	23837,821	45	529,729		
Total	23967,106	46			

a. Dependent Variable: TINGKAT STRES (Y)
b. Predictors: (Constant), PENERIMAAN DIRI (X)

Berdasarkan hasil pada tabel dibawah, nilai R (koefisien korelasi) yaitu 0,073 dan R Square (R^2) sebesar 0,005 atau (0,5%). Hal ini menunjukkan bahwa besaran kontribusi penerimaan diri terhadap tingkat stres sebesar 0,5% sedangkan sisanya 99,5% dipengaruhi oleh faktor lain.

Table 4.3. Uji Koefisien Determinasi

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,073 ^a	0,005	-0,017	23,016

a. Predictors: (Constant), PENERIMAAN DIRI (X)

Pembahasan

Dari hasil penelitian ini dapat diketahui bahwa individu telah masuk kedalam penerimaan diri positif. Individu tersebut telah dapat membantu dirinya untuk mengarahkan perilaku yang muncul dan terjadi pada kehidupan individu tersebut (Rakhmat dalam Firmansyah dkk., 2019:15).

Faktor yang dapat mempengaruhi penerimaan diri yang positif pada orang tua yang memiliki anak disabilitas cerebral palsy menurut Hurlock (1972:487) yaitu harapan yang realistis (*realistic aspirations*), dalam hal ini individu membentuk harapan tersebut untuk menggapai sesuatu dengan menyesuaikan dengan kemampuan dan tujuan dalam kehidupan individu tersebut, faktor selanjutnya yaitu pemahaman diri (*self understanding*), individu mengenal kemampuan dan ketidakmampuan pada dirinya yang berkaitan dengan fakta di kehidupannya.

Kemudian terdapat wawasan sosial (*social insight*), individu yang kurang dalam pengetahuan sosial dan pengetahuan mengenai dirinya akan kesulitan dalam melakukan penyesuaian dalam suatu kelompok, dan faktor terakhir yaitu konsep diri yang stabil (*stable self concept*) dalam hal ini individu memerlukan dukungan orang lain atau orang paling penting dalam hidupnya, hal tersebut untuk membantu individu membentuk pengetahuan tentang diri sehingga dapat menggapai penerimaan dirinya.

Dari keempat faktor tersebut, hal ini sangat berkaitan dengan hasil dari penelitian ini yaitu, orang tua yang memiliki anak dengan cerebral palsy telah merawat anak mereka dengan jangka waktu yang panjang serta dapat terlihat dari hasil gambaran umum subjek pada pengelompokan usia anak, terdapat 60% subjek dengan kelompok usia anak 8-14 tahun dan 19% subjek dengan kelompok umur 15-21 tahun, hal ini dapat dijelaskan bahwa orang tua tersebut telah merawat dan mengasuh anak dengan kurun waktu selama 8-21 tahun, sehingga dengan kurun waktu yang panjang (bertahun-tahun) orang tua telah dapat mengetahui tentang kemampuan dan ketidakmampuan dirinya dalam memiliki, mengasuh dan membesarkan anak, sehingga memunculkan penerimaan diri positif pada orang tua.

Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Zembat & Yildiz, 2010: 1459) mengenai “*A comparison of acceptance and hopelessness levels of disabled preschool children's mothers*” yang menjelaskan bahwa suatu keluarga dapat menerima anak dengan disabilitas yang mereka miliki ketika anak tersebut telah dimiliki dan diasuhnya dengan jangka waktu

yang lama. Serta penelitian Hapsari & Maulana, 2010 menjelaskan faktor yang mempengaruhi penerimaan diri orang tua berasal dari lingkungan sekitar individu seperti keluarga, masalah budaya, pandangan agama dan status sosial ekonomi

Selanjutnya dengan bantuan program yang dilakukan oleh Unit Pelayanan Disabilitas Tangerang Selatan dibawah naungan Yayasan Sayap Ibu Banten seperti pada program pendampingan orang tua dan masyarakat diantaranya parenting skill, penyuluhan dan forum keluarga dengan anak disabilitas, maka orang tua mendapatkan pengetahuan yang lebih mengenai kondisi anak dengan disabilitas, cara penanganannya serta adanya pendampingan orang tua. Kemudian terdapat juga program yang dibentuk untuk anak dengan disabilitas seperti pemeriksaan kesehatan, terapi, pemberian alat bantu dan gizi, aksesibilitas dan pendidikan. Kedua program tersebut menjadikan sebagai dukungan bagi orang tua untuk menggapai konsep diri yang stabil dan menggapai penerimaan dirinya. Ketika hal tersebut telah tercapai maka harapan yang individu miliki terhadap diri dan anak yang dimiliki akan semakin realistis sesuai dengan kemampuan, dan tujuan dalam kehidupan individu tersebut kedepannya.

Stres dengan kategori sedang dapat berlangsung lebih lama dibandingkan kategori rendah atau ringan. Hal ini menyebabkan munculnya respon stres pada fisik seperti tegang otot, sakit perut, badan terasa berat, gangguan tidur, perasaan tegang dan menurunnya konsentrasi maupun daya ingat. Stres dengan kategori sedang dapat dipengaruhi oleh suatu hal atau situasi yang dirasa berat dan belum terselesaikan, pekerjaan yang berlebihan, anak yang sakit atau adanya ketidakhadiran anggota keluarga yang pergi dalam jangka waktu lama (Priyoto, 2014:8-9).

Hal ini sejalan dengan hasil dalam penelitian ini, bahwa stres yang dialami oleh orang tua dipengaruhi oleh situasi individu diantaranya yaitu kondisi anak. Anak dengan *cerebral palsy* memiliki adanya gangguan pada fungsi gerak tubuh, sikap, bentuk tubuh, koordinasi, psikologis serta sensoris anak yang disebabkan adanya gangguan pada otak akibat kerusakan maupun luka (Desiningrum, 2016:98). Hal ini mengakibatkan anak sulit untuk melakukan kegiatan atau aktivitas sehari-hari secara mandiri, sehingga orang tua perlu memberikan usaha lebih untuk membantu, mengasuh dan menjaga anak dengan *cerebral palsy*. Menurut Deckard (2004:27-69) orang tua yang memiliki anak dengan disabilitas fisik

maupun intelektual serta adanya masalah perilaku maupun emosi pada anak maka dapat memunculkan stres pada orang tua.

Selain itu terdapat situasi dan kondisi dalam keluarga, hasil pada penelitian mendapatkan bahwa terdapat 62% responden memiliki range gaji 0-1 juta, 36% memiliki range gaji 1-5 juta dan 2% memiliki range gaji lebih dari 5 juta. Smet (1994:130-131) menjelaskan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi munculnya stres yaitu variabel kondisi individu pada status ekonomi. Individu yang memiliki pendapatan lebih rendah dibandingkan pengeluaran pada setiap harinya maka akan memunculkan situasi berat secara psikologis. Anak dengan disabilitas memiliki kebutuhan yang lebih banyak dibandingkan anak sebaya lainnya sehingga hal ini dapat mempengaruhi munculnya stres pada seseorang.

Kondisi lain yang dapat mempengaruhi munculnya stres sedang yaitu usia orang tua, Deckard (2004:30-32) menjelaskan bahwa orang tua berusia 30 hingga 40 bahkan lebih dan memiliki anak, baik ibu maupun ayah memiliki tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan orang tua muda. Hal ini dikarenakan perubahan biologis pada individu sehingga orang tua mengalami berbagai masalah kesehatan, seperti pada fisik dan penurunan energi sehingga dalam mengasuh anak dengan disabilitas akan semakin sulit. Kondisi ini juga mengakibatkan pemulihan diri menjadi lama dan sulit dibandingkan orang tua usia muda, sehingga hal tersebut mempengaruhi psikologis dan individu merasakan emosi yang tidak stabil. Dalam penelitian ini mendapatkan bahwa 92% responden memiliki usia 31-55 tahun sedangkan 8% merupakan usia 25-30 tahun.

Tidak hanya itu, ketika lingkungan individu tidak mendukung baik dari segi keluarga maupun sosial, maka hal tersebut dapat mempengaruhi munculnya tingkat stres pada orang tua dari anak dengan disabilitas cerebral palsy. Berdasarkan wawancara awal terhadap 10 orang subjek mendapatkan bahwa subjek merupakan orang tua tunggal. Ketidakhadiran anggota keluarga dekat subjek dapat menurunkan tingkat dukungan bagi diri serta dapat memunculkan stres (Priyoto, 2014:8-9).

Berdasarkan hasil wawancara awal dengan 19 responden, merasakan ketidak adanya dukungan baik dari keluarga dan masyarakat ketika memiliki anak dengan disabilitas cerebral palsy. Responden sering merasa dipandang sebelah mata dan menjadi bahan pembicaraan. Deckard (2004:27-69) menjelaskan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi stres pada orang tua dengan anak

disabilitas cerebral palsy adalah stigma. Lingkungan sosial (keluarga dan masyarakat), dapat memunculkan dukungan atau tidak mendukung ketika orang tua memiliki suatu kekurangan yang dimiliki pada anak dan berbeda dengan anak lainnya. Sehingga dari hal ini dapat diketahui bahwa faktor yang mempengaruhi stres yaitu faktor situasi.

V. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai Pengaruh Penerimaan Diri Terhadap Tingkat Stres Pada Orang Tua Yang Memiliki Anak Cerebral Palsy Di Yayasan Sayap Ibu Banten (Unit Pelayanan Disabilitas) Tangerang Selatan kepada 47 orang tua dari anak dengan disabilitas cerebral palsy.

Hasil dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa hipotesis Ho diterima dan Ha ditolak. Hal ini mengandung arti bahwa tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara penerimaan diri terhadap tingkat stres pada orang tua yang memiliki anak cerebral palsy di Unit Pelayanan Disabilitas Tangerang Selatan.

Penerimaan diri dan stres pada orang tua yang memiliki anak cerebral palsy memiliki tingkatan kategori sedang, dapat diartikan bahwa penerimaan diri orang tua telah memasuki penerimaan positif. Hal ini menjelaskan bahwa orang tua telah dapat menerima anak yang memiliki disabilitas cerebral palsy. Selain itu juga individu telah dapat membantu dirinya untuk mengarahkan perilaku yang muncul dan terjadi dalam kehidupannya. Penerimaan positif didapatkan oleh orang tua yang telah merawat anak dengan disabilitas cerebral palsy dengan kurun waktu lebih dari 7 tahun yaitu terdapat 79% responden.

Tingkatan stres pada kategori sedang menunjukkan bahwa, stres yang dialami oleh orang tua, bukan lagi berasal dari penerimaan diri orang tua yang negatif terhadap anak. Namun stres yang dialami akibat faktor situasi dan lingkungan individu tersebut. Sehingga untuk membantu hal tersebut yakni menurunkan dan menstabilkan tingkat stres, maka dibutuhkan adanya proses dalam menyelesaikan suatu permasalahan serta dukungan orang lain untuk membantu meningkatkan kekuatan psikis pada individu tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Ade Miranisa Fikri. 2021. Parental Acceptance dan Parenting Stress Pada Orang Tua Anak Intellectual Disability. Skripsi Sarjana., Psikologi, Universitas Islam Indonesia
- [2] Anwar, R., David, L., Pali, C. (2016). "Perbedaan Kebahagiaan pada Keluarga Pra Sejahtera dan Sejahtera di Desa Modyang Kecamatan Bolaang Mongondow Timur". *Jurnal e-Biomedik*, 4(2): 1-7
- [3] Azwar, S. 2017. Reliabilitas dan Validitas. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- [4] Azwar, S. 2018. Dasar-Dasar Psikometrika. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- [5] Bernard. M.E. 2013. The Strength of Self-Acceptance Theory, Practice and Research. New York: Springer
- [6] Berry, JD. dan Jones, W.H., (1995). "The Parental Stress Scale: Initial Psychometric Evidence". *Journal of Social and Personal Relationship*. Vol 12, pp. 463-472.
- [7] Bingöl, T.Y. & Batik, M.V. (2019). "Unconditional Self-Acceptance and Perfectionistic Cognition as Predictors of Psychological Well Being". *Journal of Education and Training Studies* Vol. 7 (1)
- [8] Chaplin, J.P. 2005. Kamus Lengkap Psikologi. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- [9] Cohen, S., & Williamson, G. (1988). Perceived stress in a probability sample of the United States. In S. Spacapan, & S. Oskamp (Eds.), *The Social Psychology of Health: Claremont Symposium on Applied Social Psychology* (pp. 31-67). Newbury Park, CA: Sage.
- [10] Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 24(4), 385-396.
- [11] Darmawan, H. & Hardi, I. 2011. Cinta Kasih Jurus Jitu Mendidik Anak Pengalaman 36 Tahun. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan
- [12] Deckard, K.D. 2004. Parenting Stress. New Haven: Yale University Press
- [13] Desiningrum, D.R. 2016. Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus. Yogyakarta: Psikosain
- [14] Dora, M.T., & Kadir, H.A. 2006. Mengurus Stress. Kuala Lumpur: PTS Professional Publishing Sdn. Bhd.
- [15] Entri Istorika Aji Pamungkas. 2018. Perbedaan Penerimaan Pada Orang Tua Yang
- [16] Memiliki Anak Cacat Fisik Berdasarkan Faktor Pendidikan Orang Tua. Skripsi Sarjana, Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta
- [17] Erkan. S. (2010). "Child Acceptance-Rejection Behaviors of Lower and Upper Socioeconomic Status Mothers". *Social Behavior and Personality* Vol. 38 (3):427-432
- [18] Firmansyah, O.B., Bashori, K. & Hayati, E.N. (2019). "Pengaruh Terapi Pemaafan Dengan Dzikir Untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Pada Orang Dengan HIV/AIDS (ODHA)". *Psikis Jurnal Psikologi Islami* Vol. 5 (1): 13-23
- [19] Fitria, Y., Poeranto, S., & Supriati., L. (2019). Korelasi Penerimaan Orang Tua Terhadap Stress Pengasuhan Dalam Merawat Anak Retardasi Mental: Efek Mediasi Harga Diri Orang Tua (Studi di SDLB Bhakti Luhur Kota Malang)". *The Indonesian Journal Of Health Science* Vol. 11 (2) : 155 - 166.
- [20] Friedman, M. 2010. Buku Ajar Keperawatan keluarga : Riset, Teori, dan Praktek. Edisi ke-5. Jakarta: EGC.
- [21] Ginanjar, M.H. (2013). "Keseimbangan Peran Orang Tua Dalam Pembentukan Karakter Anak". *Edukasi Islami Jurnal Pendidikan Islam* Vol. 2 (3) 230-242.
- [22] Goldstein, D. S. (1995). Stress as a scientific idea: A homeostatic theory of stress and distress. *Homeostasis in Health and Disease*, 36, 177-215
- [23] Hapsari, I.I & Maulana, H. (2010). "Perbedaan Penerimaan Diri Orang Tua Yang Memiliki ABK Berdasarkan Keikutsertaan Dalam Kegiatan Support Group" *Perspektif Ilmu Pendidikan* Vol. 22: 52-57
- [24] Hurlock, E.B. 1972. *Child Development* Fifth Edition. Michigan University: Mc Graw-Hill
- [25] Jersild, A.T. 1978. *The Psychology of Adolescence*. New York: Mc Millan Company
- [26] Johnston, C. Hessel, D. Blassey, C. Eliez, S., Erba, H., Friedman, J.D. Glasser, B., Reiss, A.L., (2003). "Factors Associated With Parenting Stress in Mothers of Children With Fragile X Syndrome". *Developmental and Behavioral Pediatric*. Vol. 24 (4): 267-275
- [27] Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Indonesia. 2021. Profil Anak Indonesia 2020. Jakarta: KEMENPPPA <https://www.kemenpppa.go.id/index.php/page/read/25/3056/profil-anak-indonesia-tahun-2020>
- [28] Kementrian Dalam Negeri Republik Indonesia. Data Kependudukan per Juni 2021. Retrieved from <https://dukcapil.kemendagri.go.id/berita/baca/809/distribusi-penduduk-indonesia-per-juni-2021-jabar-terbanyak-kaltara-paling-sedikit>
- [29] Kristina, I.K. & Widayanti, C.G. 2016. Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus. Semarang: UNDIP Press
- [30] Kuang, M. (2010). *Amazing Life : Panduan Menuju Kehidupan yang Luar Biasa*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- [31] Lazarus, R. S. & Folkman, S. 1984. *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer Publishing Company
- [32] Lestari, S. 2012. Psikologi Keluarga: Penanaman Nilai dan Penanaman Konflik Dalam Keluarga. Jakarta : Prenada Media.
- [33] Mansur. 2005. Pendidikan Anak Usia Dini Dalam Islam. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- [34] Maulina, B. (2017). "Tingkat Stres Iby Yang Memiliki Anak Penyandang Retardasi Mental". *WAHANA INOVASI* Vol. 6 (2): 120-124

- [35] Mitchell, D., Brown, R. I. 1991. Early intervention studies for young children with special needs. Ohio: Chapman and Hall.
- [36] Morgan, N. 2014. The Teenage Guide to Stress. Jakarta: Penerbit Gemilang
- [37] Morgan, S.R.A. & Heward, M.K.W.L. 2019. Exceptional Children An Introduction to Special Education. New Jersey: Merrill, Prentice Hall.
- [38] Murdoko, E.W. 2017. Parenting With Leadership. Jakarta: PT. Elex Media Komputindo
- [39] Nevid, J. S., Rathus, S. A., & Greene, B. 2018. Psikologi Abnormal Edisi Kesembilan Jilid1. Jakarta: Erlangga
- [40] Newstrom, J.W. 2007. Organizational Behavior. New York: McGraw-Hill Irwin
- [41] Noor, Juliansyah. 2012. Metodologi Penelitian. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- [42] Nurmayati, N. (2019). Hubungan Antara Tingkat Stres Pengasuhan Orang Tua Dengan Kemampuan Motorik Anak *Cerebral Palsy* Di Rumah *Cerebral Palsy* Bogor (*Relationship Between Level Of Parenting Stress With Motor Function Of Children With Cerebral Palsy At Rumah Cerebral Palsy Bogor*). Litbang: Kemenkes RI
- [43] Palupi, T.N. (2021). "Tingkat Stress Ibu Dalam Mendampingi Siswa-Siswi Sekolah Dasar Selama Belajar Di Rumah Pada Masa Pandemi COVID-19" *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Pengembangan SDM* Vol. 10 (1): 36-48.
- [44] Permatasari, V. & Gamayanti, W. (2016). "Gambaran Penerimaan Diri (*Self –Acceptance*) Pada Orang Yang Mengalami Skizofrenia". *Psympatic Jurnal Ilmiah Psikologi* Vol. 3 (1):139-152
- [45] Pratisya, E.C. (2015). "Penerimaan Diri Siswa Sekolah Menengah Pertama Bukit Sion Jakarta Barat". *Psikoedukasi* Vol.13 (2): 91-109
- [46] Priyoto. 2014. Teori Sikap dan Perilaku dalam Kesehatan. Yogyakarta: Nuha Medika
- [47] Raefani, N.K. 2013. Panduan Anak Berkebutuhan Khusus. Yogyakarta: Imperium
- [48] Rahayu, Y.D.P & Ahyani, L.N. (2017). "Kecerdasan Emosi Dan Dukungan Keluarga Dengan Penerimaan Diri Orang Tua Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus (ABK)". *Jurnal Psikologi Perseptual*. Vol. 7 (1)
- [49] Rakhmat, J. 2001. Psikologi Komunikasi. Bandung: PT. Derhaja Rosdakarya
- [50] Ryff, C. D. 2004. Psychology Well Being: Encyclopedia of Gerontology (vol.2). Madison: Academic Press, Inc.
- [51] Ryff, C.D. (1995). "Psychological Well-Being in Adult Life" *Current Directions in Psychological Science* Vol. 4 (4) : 99-104
- [52] Sarafino, E.P & Smith, T.W. 2011. Health Psychology Biopsychosocial Interaction Seventh Edition. United States of America: John Wiley & Sons, Inc
- [53] Scottt, B.S. Atkinso, L., Minton, H.L. & Bowman, T. (1997). "Psychological of Distress of Parents of Infants With Down Syndrome". *American Journal of Mental Retardation* Vol. 102 (2):161-171
- [54] Seaward. B. L. 2018. Managing Stress 9th ed. Principles and Strategies for Health and Well-Being. Burlington: Jones & Bartlett Learning
- [55] Selye, H. 1956. The stress of life. New York: McGraw-Hill.
- [56] Selye, H. 1976 The stress of life (2nd ed.). New York: McGraw-Hill
- [57] Selye, H. 1980. Stress In Health and Disease. United States of America: Butterworth Inc
- [58] Siegel D.J. & Hartzell, M. 2014. Parenting From The Inside Out. New York : The Penguin Group
- [59] Smet. 1994. Psikologi Kesehatan. Jakarta:PT. Gramedia Widiasarana Indonesia.
- [60] Sugiyono. 2010. Metode Penelitian Administratif. Bandung: Alfabeta.
- [61] Sugiyono. 2013. Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- [62] Sugiyono.2019. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta. Cv
- [63] Syahputra, H., Wakhid, A. & Choiriyah., Z. (2018). "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penerimaan Orang Tua Anak Down Syndrome". *Jurnal Perawat Indonesia* Vol. 2 (2): 62-69.
- [64] Utami, A.C.N. & Raharjo, S.T. (2021). "Pola Asuh Orang Tua dan Kenakalan Remaja". *FOCUS Jurnal Pekerjaan Sosial*. Vol. 4 (1): 1-15.
- [65] UU No. 8 Tahun 2016 tentang Penyandang Disabilitas. https://pug-pupr.pu.go.id/_uploads/PP/UU.%20No.%208%20T%20h.%20202016.pdf
- [66] Wardani, I. 2008. Pengantar pendidikan luar biasa. Jakarta : Universitas Terbuka.
- [67] Wayne, M.D. 1993. Acceptance of Self and Others. North Carolina: Cooperative Extension Service.
- [68] Wolman, B.B 1988. Psychosomatic Disorders. New York: Plenum Publishing Corporation
- [69] Wulandari, A.R. & Susilawati, L.K.P.A. (2016). "Peran Penerimaan Diri Dan Dukungan Sosial Terhadap Konsep Diri Remaja Yang Tinggal di Panti Asuhan di Bali" *Jurnal Psikologi Udayana* 135-144.
- [70] Yusuf, S.L.N. 2009. Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja. Bandung: Remaja Rosdakarya
- [71] Zaitun. 2017. Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus. Pekanbaru: Kreasi Edukasi
- [72] Zambat, R. & Yildiz, D. (2010). "A Comparison of Acceptance and Hopelessness levels of disabled preschool children's mothers" *Elsevier Proesdia Social and Behavioral Sciences* Vol. 2 (2): 1457-14561