

***Coping* Stres Pengasuhan Ibu Bekerja
yang Memiliki Remaja Penyandang Disabilitas Intelektual**

Gineung Pratidina

Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro

Jl. Prof Soedharto, SH, Kampus Undip Tembalang, Semarang, Indonesia 50273

gineung07@gmail.com

ABSTRAK

Memiliki remaja dengan disabilitas intelektual dan juga menjadi seorang ibu yang bekerja tentunya memiliki tantangan tersendiri dalam pengasuhan dan juga menimbulkan stres pengasuhan. Stres pengasuhan berkaitan dengan penggunaan strategi *coping* stres. Stres pengasuhan adalah tekanan yang harus dihadapi oleh orang tua saat mengasuh anak, sedangkan strategi *coping* adalah tindakan yang dilakukan individu sebagai bentuk meminimalisir tekanan yang sedang dihadapi berkaitan dengan pengasuhan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui *coping* yang berkaitan dengan stres pengasuhan pada ibu bekerja yang remaja penyandang disabilitas intelektual. Subjek penelitian ini berjumlah tiga orang yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria ibu bekerja yang memiliki remaja penyandang disabilitas intelektual, usia ibu 40-43 tahun, minimal pendidikan SD, usia remaja DI 12-21 tahun. Teknik pengambilan data menggunakan wawancara semi terstruktur dan dianalisis menggunakan metode *descriptive phenomenological analysis* (DPA). Berdasarkan hasil analisis ditemukan enam sintesis tema meliputi respon emosional, *spiritual coping*, tantangan peran ganda, tantangan pengasuhan, pengelolaan tantangan pengasuhan anak, dan dukungan sosial. Stres pengasuhan yang dialami oleh ibu mengenai sakit yang diderita anak, bentrok waktu, ketergantungan aktivitas keseharian anak pada ibu, perilaku serta sikap anak, keterbatasan intelektual yang dimiliki oleh anak, khawatir akan masa depan, dan pergaulan anak. Hal tersebut membuat ketiga subjek melakukan strategi *coping* pengasuhan, yaitu *emotion focused coping*, *problem focused coping*, dan *spiritual coping*. Keberhasilan dalam menghadapi tantangan pengasuhan tersebut didukung oleh dukungan sosial. *Spiritual coping* merupakan strategi *coping* stres yang efektif yang digunakan dalam penelitian ini. Penelitian ini juga menemukan gaya pengasuhan otoriter yang bertujuan agar anak tidak salah pergaulan.

Kata Kunci: Stres pengasuhan, strategi *coping*, ibu bekerja, remaja disabilitas intelektual.

Coping Stress of Parenting Working Mothers Who Have Adolescents with Intellectual Disability

Gineung Pratidina

Faculty of Psychology, Diponegoro University

Jl. Prof. Soedharto, SH, Undip Tembalang Campus, Semarang, Indonesia 50273

gineung07@gmail.com

ABSTRACT

Having a teenager with an intellectual disability and also being a working mother certainly has its own challenges in parenting and also causes parenting stress. Stress is associated with the use of stress coping strategies. Parenting stress is a pressure that parents must face when parenting a child, while coping strategies are actions that individuals take as a form of minimizing the pressures they are facing related to parenting. This study aims to find out coping related to parenting stress in working mothers who are adolescents with intellectual disabilities. The subjects of this study were three people selected using purposive sampling techniques with the criteria of working mothers who had adolescents with intellectual disabilities, maternal age 40-43 years, minimum elementary education, adolescent age ID 12-21 years. The data retrieval technique uses semi-structured interviews and is analyzed using the descriptive phenomenological analysis (DPA) method. Based on the results of the analysis, six synthesis of themes were found to include emotional response, spiritual coping, dual role challenges, parenting challenges, management of parenting challenges, and social support. Parenting stress experienced by mothers regarding the pain suffered by children, conflicting time, dependence of children's daily activities on mothers, behaviors and attitudes of children, intellectual limitations possessed by children, worrying about the future, and children's associations. This made the three subjects carry out parenting coping strategies, namely emotion focused coping, problem focused coping, and spiritual coping. Success in facing these parenting challenges is supported by social support. Spiritual coping is an effective stress coping strategy used in this study. This study also found an authoritarian parenting style that aims to prevent children from getting the wrong relationship.

Keywords: Parenting stress, coping strategies, working mothers, adolescents with intellectual disability.