

STRESS PENGASUHAN PADA IBU DENGAN ANAK RETARDASI MENTAL SEDANG

PARENTING STRESS IN MOTHERS WITH MODERATE MENTAL RETARDATION CHILDREN

¹Widad Nibras Fairus Irbah, ²Endang Supraptiningsih, ³Stephani Raihana Hamdan

^{1,2,3}*Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung
Jl. Tamansari No. 1 Bandung 40116*

e-mail: ¹widadfairus@gmail.com, ²endang.doddy@gmail.com, ³stephanie.raihana@gmail.com

Abstrak:

Kesulitan-kesulitan yang dialami ibu dengan anak retardasi mental sedang ialah kurangnya pengetahuan dalam menangani anak, perilaku anak yang menyulitkan pengasuhan, dan interaksi antara ibu dan anak yang tidak berjalan dengan baik. Namun terdapat juga ibu yang tetap menikmati pengasuhan pada anak retardasi mental sedang sehingga menambah pengetahuan, perilaku anak memudahkan pengasuhan, serta interaksi ibu-anak yang berjalan baik. Hal tersebut berkaitan dengan stress pengasuhan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui stress pengasuhan pada Ibu dengan anak retardasi mental sedang di SLB YPLAB Lembang. Metode penelitian yang digunakan ialah studi deksriptif. Teknik sampling dalam penelitian ini menggunakan studi populasi, dengan subjek penelitian sebanyak 25 ibu dengan anak retardasi mental sedang usia 6-10 tahun. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner mengenai stress pengasuhan berdasarkan Deater-Deckard (2004). Stress pengasuhan dapat dipahami sebagai stres atau situasi penuh tekanan yang terjadi pada pelaksanaan tugas perkembangan anak. Data yang diperoleh merupakan data ordinal. Hasil penelitian menunjukkan sebanyak sebanyak 16 ibu (64%) memaknai Stress pengasuhan yang rendah, serta 9 ibu (36%) memaknai Stress pengasuhan yang tinggi.

Kata kunci: *Stress pengasuhan, dan Ibu anak Retardasi Mental Sedang*

Abstract :

The difficulties experienced by mothers with Retardasi Mental Sedang children are the lack of knowledge in dealing with children, the behavior of children who complicate parenting, and the interaction between mothers and children who are not going well. But there are also mothers who continue to enjoy parenting in Retardasi Mental Sedang children so as to increase knowledge, child's behavior ease parenting, and mother-child interaction is going well. It is related to Parenting stress. The purpose of this study is to determine Parenting stress in Mother with *Moderate Mental Retardation* Children in SLB YPLAB Lembang. The research method used is descriptive study. This research use population study, with the subject of research as many as 25 mothers with *Moderate Mental Retardation* children aged 6-10 years. Measuring instrumen in this study used a questionnaire designed by researcher Parenting stress based on Deater-Deckard (2004) theories. The data obtained is ordinal data. The results showed that as many as 16 mothers (64%) interpreted low Parenting stress, and 9 mothers (36%) interpreted the high stress parenting.

Keywords: *Parenting stress, Mothers with children Moderate Mental Retardation*

Pendahuluan

Mental Retardasi adalah salah satu gangguan yang disebabkan oleh masalah genetika maupun faktor gizi, dimana Individu dengan mental retardasi akan mengalami keterlambatan perkembangan dan kapasitas intelektual yang

terbatas. hal ini membuat individu atau anak dengan mental retardasi, lebih lambat baik dalam hal proses mental maupun aktivitas fisik, jika dibandingkan dengan anak atau individu seusianya.

Meski demikian, anak-anak dengan mental retardasi tetap memerlukan stimulasi dan pendampingan untuk memperoleh pendidikan. Salah satu Sekolah Luar Biasa yang berada di Kabupaten Bandung Barat ialah Sekolah Luar Biasa YPLAB Lembang. Sekolah Luar Biasa (SLB) YPLAB Lembang merupakan sekolah luar biasa yang melayani siswa dengan kebutuhan khusus dalam jenjang TK, SD, SMP, SMA. . Sekolah berfokus pada jenis kelainan A-B-C-D dan Autis dengan tenaga pengajar sebanyak 16 guru. Total jumlah murid ialah 85 siswa dengan murid SD sebanyak 51 murid, SMP 21 murid, SMA 13. Jumlah siswa dengan kelainan retardasi mental sebanyak 58 siswa. Untuk tingkatan SD terdapat 32 siswa yang mengalami retardasi mental sedang, SMP 13 siswa, dan SMA 9 siswa. Salah satu jenis anak berkebutuhan khusus diantaranya terdapat retardasi mental, atau *intellectual disability*. Menurut DSM V (*Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder Fifth Edition*) memberi kriteria anak dengan retardasi mental/*Mental Retardation*, yaitu menunjukkan fungsi intelektual dibawah rata-rata yang terwujud dalam defisit signifikan pada perilaku adaptif, minimal dalam dua area keterampilan berikut komunikasi, mengurus diri, keterampilan kehidupan sehari-hari, keterampilan sosial dan hubungan interpersonal, *self direction*, keterampilan akademik, vokasional, waktu luang, kesehatan dan keamanan, keadaan ini muncul sebelum usia 18 tahun. Dengan adanya karakteristik-karakteristik diatas, maka anak sangat bergantung dengan adanya sosok pengasuh dalam membantu anak melakukan kegiatan sehari-harinya. Salah satu pengasuh yang sangat berpengaruh bagi kegiatan sehari-hari anak ialah ibu.

Perasaan cemas yang dirasakan ibu didominasi oleh perasaan khawatir akan masa depan yang akan dimiliki anak. Kecemasan ibu mengenai anak retardasi mental semakin jelas dengan adanya hambatan dalam perilaku adaptif seperti terhambat dalam sensorimotor, komunikasi, bantu diri, sosialisasi, aplikasi keterampilan akademik dalam kehidupan sehari-hari, menilai situasi lingkungan, serta dalam keterampilan sosial (Astati, 2011). Hal tersebut menunjukkan bahwa

sudah muncul kekhawatiran-kekhawatiran yang sangat besar mengenai masa depan anak sesaat setelah orangtua terutama ibu mengetahui bahwa ia memiliki anak berkebutuhan khusus (Jan Campito, 2007). Menurut Abidin (1986) dalam Jhonson (2003) menjelaskan bahwa orangtua dengan FraX sindrom memiliki tingkat stress yang lebih tinggi daripada orangtua yang memiliki anak normal. Dengan adanya *parenting stress*, ibu merasa tidak mampu menanggapi keinginan-keinginan anak sehingga dapat menyebabkan munculnya perasaan gagal dan ketidakpuasan dalam menjalankan tugas sebagai orang tua (*parenting dissatisfaction*) dapat merenggangkan hubungan orang tua-anak.

Pembahasan mengenai *parenting stress*, terutama pada anak-anak dengan mental retardasi, merupakan hal yang penting. Hal ini disebabkan karena orang tua atau lingkungan juga memerlukan gambaran yang spesifik mengenai ciri-ciri *parenting stress*, sehingga mampu mengenali dengan baik dan diharapkan mampu menemukan langkah yang tepat untuk mengatasinya.

Berdasarkan uraian latar belakang masalah yang telah diuraikan serta penelitian sebelumnya maka perumusan masalah dalam penelitian ini ialah bagaimana gambaran stress pengasuhan pada ibu dengan anak retardasi mental sedang di SLB YPLAB Lembang. Selain itu, ada pula tujuan penelitian ini ialah untuk memperoleh data spesifik mengenai stress pengasuhan pada ibu yang memiliki anak retardasi mental sedang di SLB YPLAB Lembang.

Tinjauan Teoritis

Teori yang digunakan dalam penelitian ini ialah teori Stress pengasuhan menurut Deater-Deckard (2004) yaitu serangkaian proses yang membawa pada kondisi psikologis yang tidak disukai dan reaksi psikologis orang tua. Stres pengasuhan dapat dipahami sebagai stres atau situasi penuh tekanan yang terjadi pada pelaksanaan tugas perkembangan anak.

Menurut Deater-Deckard (2004) stress pengasuhan terdapat 3 aspek, diantaranya aspek *the parent distress*, *the difficult child*, dan *the parent-child dysfunctional interaction*. *The Parent Distress* atau pengalaman stres orang tua menunjukkan pengalaman perasaan stres orang tua sebagai sebuah peran dari

faktor pribadi dalam memecahkan personal stress lain yang secara langsung dihubungkan dengan peran orang tua dalam pengasuhan anak. Tingkat stres pengasuhan ini berhubungan dengan karakteristik individu yang mengalami gangguan. *The Difficult Child* atau perilaku anak yang sulit digambarkan dengan menghadirkan perilaku anak yang sering terlibat dalam mempermudah pengasuhan atau lebih mempersulit karena orang tua merasa anaknya memiliki banyak karakteristik tingkah laku mengganggu. Serta, *The Parent-Child Dysfunctional Interaction* atau ketidakberfungsian interaksi orang tua dan anak yang menunjukkan interaksi antara orang tua dan anak yang tidak berfungsi dengan baik yang berfokus pada tingkat penguatan dari anak terhadap orang tua serta tingkat harapan orang tua terhadap anak.

Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode penelitian studi deskriptif. Arikunto (2006) penelitian deskriptif adalah suatu penelitian yang bertujuan untuk menggambarkan atau memaparkan sesuatu hal, misalnya keadaan, kondisi, situasi, peristiwa, kegiatan dan lain-lain. Variabel dalam penelitian ini ialah ialah Stress pengasuhan yang dimaknai oleh ibu dengan anak *Mental Retardation* di SLB YPLAB Lembang.

Populasi dalam penelitian ini adalah 25 ibu yang memiliki anak *Moderate Mental Retardation* di SLB YPLAB Lembang. Ibu dengan anak *Moderate Mental Retardation* di SLB YPLAB Lembang. Dipilihnya anak *Moderate Mental Retardation* karena karakteristik anak *Moderate Mental Retardation* sendiri yang hanya mampu dilatih mengerjakan tugas-tugas sederhana untuk menolong dirinya sendiri seperti makan, mandi, dan memakai pakaian sendiri. Usia anak yang dipilih ialah usia 6-10 tahun dengan rentang kelas 1-3 SD. Pada usia tersebut merupakan usia *middle childhood* dimana peran orangtua terutama ibu sangat penting bagi kemampuan anak pada usia – usia berikutnya.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah menggunakan angket atau kuesioner. Kuesioner adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang

pribadinya, atau hal-hal yang ia ketahui (Arikunto, 2006). Kuesioner yang diberikan merupakan kuesioner tertutup sehingga jawaban sudah disediakan sehingga responden tinggal memilih. Skala yang digunakan adalah skala likert yaitu skala yang disusun untuk mengungkapkan sikap positif dan negatif, pro dan kontra, setuju dan tidak setuju.

Teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini ialah dengan statistik deskriptif yang berfungsi untuk mendeskripsikan atau memberi gambaran terhadap objek yang diteliti melalui data sampel atau populasi sebagaimana adanya (Sugiyono, 2007).

Hasil Penelitian dan Pembahasan

Tabel 1.1 Hasil Penelitian Stress pengasuhan pada ibu dengan anak Retardasi Mental Sedang di SLB YPLAB Lembang

	Tinggi	Rendah
Stress pengasuhan	9 (36%)	16 (64%)
<i>Parent Distress</i>	9 (36%)	16 (64%)
<i>Difficult Child</i>	11 (44%)	14 (56%)
<i>Parent - Child Dysfunctional Interaction</i>	13 (52%)	12 (48%)

Pembahasan:

Berdasarkan hasil perhitungan kategorisasi, diperoleh data bahwa sebanyak 9 (36%) ibu memaknai Stress pengasuhan yang tinggi sebagai ibu dengan anak Retardasi Mental Sedang, 16 (64%) memaknai Stress pengasuhan yang rendah sebagai ibu dengan anak Retardasi Mental Sedang di SLB YPLAB Lembang.

Sebanyak 9 (36%) ibu memaknai Stress pengasuhan yang tinggi. Ibu memaknai bahwa dirinya kurang mengetahui cara yang tepat dalam mengasuh anak Retardasi Mental Sedang, ibu tidak mengajak anak untuk berkumpul bersama teman-teman dan keluarga besar, ibu mudah sakit kepala karena

kelelahan mengasuh anak Retardasi Mental Sedang, ibu kurang mengetahui cara melatih anak agar anak dapat mandiri, ibu sibuk mengasuh anak sehingga ibu tidak dapat melakukan kegiatan yang ibu senangi dan hobby lagi, ibu merasa kurang yakin dapat mengembangkan kemampuan anak, ibu sering berdebat dengan suami mengenai keadaan anak, ibu merasa kecewa dengan dirinya ketika anak berbeda, serta ibu mencari solusi sendiri agar anak mengalami kemajuan.

Hal tersebut terjadi karena ibu memaknai anak memiliki karakteristik yang menyulitkan sebagai anak Retardasi Mental Sedang, seperti anak sulit menyesuaikan diri seperti sulit diajak pergi sekolah dan mengerjakan PR, anak memiliki emosi yang tidak stabil seperti mudah marah dan mudah menangis, anak membutuhkan perhatian yang lebih sehingga harus selalu disuapi ibu ketika makan dan selalu diawasi ketika bermain, anak juga memiliki perilaku yang aktif seperti berlari-lari ketika dikelas.

Sehingga, ketika karakteristik anak menyulitkan maka ibu memaknai dirinya sulit menjalin kedekatan dengan anak seperti tidak nyaman berada didekat anak dan kurang dekat dengan anak karena sulit berkomunikasi dengan anak, anak mengamuk ketika ibu mengajak belajar, anak menangis ketika ibu mengajak pergi kesekolah sehingga tidak ada penguatan positif dari anak kepada perilaku positif yang diberikan ibu. Ibu menginginkan anak untuk dapat bacat, tulis, hitung, dan meskipun anak *Mental Retardation* ibu menginginkan anak tidak hanya mampu mengurus diri, dan menginginkan anak mendapat nilai bagus di sekolah sehingga dengan karakteristik anak Retardasi Mental Sedang yang hanya mampu latih, maka anak tidak mampu memenuhi harapan ibu.

Berdasarkan hasil wawancara kepada 4 ibu dengan anak Retardasi Mental Sedang, ibu merasa kesulitan dalam melakukan pengasuhan kepada anak yang menimbulkan rasa khawatir dan cemas mengenai keadaan anak. Hal tersebut menyebabkan ibu kesulitan dalam menghadapi anak karena ibu merasa anak tidak mengerti apa yang disampaikan dan ibu tidak mengerti apa yang anak inginkan. Ibu memiliki keinginan yang besar untuk bisa dekat dengan anak tetapi kenyataannya tidak bisa.. Ibu merasa tidak mampu dalam melakukan pengasuhan kepada anak saat melihat tingkahlaku anak yang tidak terkontrol. Setelah

memiliki anak *Mental Retardation*, ibu menjadi jarang menghabiskan waktu bersama teman-temannya melainkan lebih banyak menghabiskan waktu dirumah untuk mengasuh anak. Ibu merasa tidak tega saat harus menolak permintaan anak, sehingga ibu dikendalikan oleh keinginan-keinginan anak karena saat anak tidak dituruti keinginannya, anak akan menangis dan tantrum. Ketika mengasuh anak *Mental Retardation* seluruh waktu ibu diberikan kepada anak sehingga ibu menjadi kurang istirahat. Anak sulit tidur, keluar-masuk rumah sakit, aktifitas ibu yang padat, serta adanya rasa bersalah karena tidak mampu menjaga anak, hal tersebut menyebabkan ibu kelelahan sehingga menurunkan kesehatan ibu. Ibu menjadi mudah sakit kepala, rambut rontok, tidak nafsu makan, dan demam.

Pada anak *Mental Retardation*, anak menjadi sulit diatur ketika ibu melarang sesuatu, ibu harus memberikan penjelasan berulang ketika akan memberikan suatu penjelasan kepada anak. Namun jika anak tidak mengerti juga, ibu akan mendiamkan anak yang terpenting anak tidak rewel. Ibu tidak memberlakukan disiplin kepada anak ketika anak salah melainkan memaklumi kesalahan anak karena menganggap anaknya berbeda, walaupun memberlakukan kedisiplinan tidak konsisten jadi saat anak melakukan suatu hal yang salah seperti memukul orang ibu akan memarahi anak namun saat anak melakukan hal tersebut lagi ibu tidak memarahi anak karena ibu merasa jenuh dengan tingkahlaku anak yang seperti itu sehingga anak didiamkan saja. Anak *Mental Retardation* juga membutuhkan perhatian khusus dan bantuan dalam kegiatan sehari-harinya. Hal tersebut terjadi karena anak tidak mampu melakukan kegiatan sehari-hari seperti makan, minum, mandi, dan kegiatan bantu diri masih harus dibantu oleh ibu. Anak juga memiliki emosi yang tidak stabil, seperti sering memukul orang lain atau teman temannya, mudah marah, mudah menangis. Ibu lebih memilih untuk memberikan *gadget* agar anak diam dan tidak banyak meminta sesuatu kepada ibu. Anak juga memiliki perilaku yang aktif sehingga ibu harus melakukan pengawasan yang lebih kepada anak, anak terus menerus berlari-lari, memiliki rasa ingin tau yang besar, serta tidak mau tidur saat malam hari.

Interaksi ibu dan anak juga tidak berfungsi, anak tidak dapat menanggapi apa yang ibu sampaikan sehingga tidak terdapat timbal balik dari anak. Sebelum

ibu mengetahui bahwa ia memiliki anak *Mental Retardation* ia memiliki harapan-harapan bahwa kelak anaknya akan tumbuh dengan sempurna, meskipun anak sakit dan adanya keterlambatan perkembangan ibu tetap beranggapan bahwa semuanya masih normal dan anak akan seperti anak-anak lainnya. Setelah ibu mengetahui bahwa ia memiliki anak *Mental Retardation* ia tetap memiliki keinginan bahwa anak dapat seperti anak-anak lainnya, anak dapat mandiri dan mampu menjalankan hidup seperti anak-anak lainnya namun kenyataannya dengan karakteristik anak tersebut maka anak tidak dapat memenuhi harapan-harapan ibu.

Terdapat 16 (64%) ibu yang memaknai Stress pengasuhan yang rendah ketika mengasuh anak Retardasi Mental Sedang di SLB YPLAB Lembang. Ibu memaknai dirinya mengetahui cara yang tepat dalam mengasuh anak Retardasi Mental Sedang, dan ibu mengetahui cara melatih anak agar dapat mengurus diri secara mandiri sehingga, ibu memiliki pengetahuan dan kemampuan dalam mengatasi masalah pengasuhan anak Retardasi Mental Sedang. Ibu juga tetap dapat bersosialisasi dengan teman-teman dan keluarganya dengan mengajak anak untuk berkumpul bersama keluarga dan teman-teman. Ibu tetap dapat melakukan kegiatan yang disukai meskipun memiliki anak Retardasi Mental Sedang. Ibu juga tidak berdebat dengan suami mengenai keadaan anak, dan mencari penyelesaian masalah bersama – sama agar anak mengalami kemajuan. Ibu juga merasa tetap bugar meskipun sering merasa sakit kepala karena kelelahan mengasuh anak Retardasi Mental Sedang. Ibu juga merasa yakin dapat mengembangkan kemampuan anak, dan ibu tidak merasa kecewa ketika anak berbeda dengan anak seusianya.

Dengan adanya perasaan mampu dalam mengatasi anak dan membagi waktu dalam mengasuh anak dan melakukan kegiatan yang ibu sukai, maka ibu memaknai perilaku anak memudahkan pengasuhan meskipun anak merupakan anak Retardasi Mental Sedang. Anak dapat mengikuti kegiatan bantu diri yang ibu ajarkan, dan anak mudah untuk diajak pergi bersekolah, sehingga anak mudah diatur dan menyesuaikan diri. Anak dapat makan sendiri, dan mau belajar untuk mengurus diri secara mandiri meskipun ketika bermain anak harus diawasi oleh

ibu, hal tersebut menunjukkan anak tidak menuntut perhatian ibu secara terus menerus. Meskipun begitu, anak memiliki emosi yang tidak stabil seperti mudah menangis dan marah. Tetapi, anak fokus dalam mengerjakan PR, dapat mengikuti pelajaran disekolah dengan baik, dan anak tidak berlari-lari didalam kelas.

Karakteristik anak yang memudahkan ibu, membantu ibu dalam membangun interaksi antara ibu dan anak. Ibu memaknai anak bersemangat ketika ibu melatih anak bantu diri, namun anak masih menangis ketika ibu mengajaknya bersekolah, anak tidak menghabiskan makanan sehat yang ibu buat, dan mengamuk ketika ibu mengajaknya belajar karena anak memiliki emosi yang tidak stabil seperti mudah marah dan menangis. Ibu memaklumi keadaan anak ketika anak hanya mampu bantu diri, dan sulit baca tulis hitung, ibu juga tidak menuntut anak dapat baca tulis hitung, namun ibu tetap menginginkan anak memiliki nilai bagus di sekolah. Ibu juga merasa tidak nyaman ketika dekat dengan anak dan merasa kurang dekat dengan anak karena sulit berkomunikasi dengan anak.

Berdasarkan hasil wawancara kepada 2 orang ibu, ibu mengatakan bahwa ibu tetap menikmati perannya sebagai ibu dengan anak *mental retardation*. Ibu membekali dirinya dengan menambah kemampuan – kemampuan dalam mengasuh anak *mental retardation* seperti mengikuti seminar mengenai anak, banyak bertanya kepada dokter anak dan terapis anak mengenai cara menangani anak *mental retardation*. Ibu memiliki teman-teman baru sesama ibu yang memiliki anak *mental retardation* sehingga, ibu memiliki teman untuk bertukar pikiran mengenai anak *mental retardation*. Ibu juga tetap dapat melakukan hobbinya seperti mengikuti pengajian, memasak, berkumpul dengan teman-teman serta saudara meskipun ibu memiliki anak *mental retardation*. Meskipun ibu sibuk dalam mengasuh anak *mental retardation*, ibu tetap merasa bugar dan tidak mudah askit. Ibu berusaha untuk menjaga kesehatannya agar ibu dapat menjaga dan menemani anak.

Ibu juga mengatakan bahwa meskipun anak merupakan anak berkebutuhan khusus yaitu anak *mental retardation*, ibu menganggap anak memiliki perilaku yang tidak menyulitkan. Menurut ibu, anak mudah untuk diatur sehingga anak

mengetahui aturan – aturan yang ibu terapkan di rumah, seperti harus makan sendiri, merapihkan mainan ketika selesai, meskipun ibu harus mengulangi perintah berkali-kali. Anak juga sudah dapat melakukan kegiatan bantu diri seperti mandi, makan, memakai baju sendiri meskipun sesekali masih harus dibantu ibu. Ibu juga memberi kesempatan kepada anak untuk mencoba melakukan kegiatan bantu diri seperti mandi dan memakai baju sendiri meskipun memakan waktu yang lebih lama. Ketika ibu menolak menuruti keinginan anak, anak tidak tantrum dan menuruti apa yang ibu katakan meskipun ibu harus menjelaskan berulang-ulang kali agar anak mengerti.

Menurut ibu, ketika di rumah anak banyak bercerita mengenai kegiatannya disekolah. Ibu juga mengetahui bahwa anak memiliki keterbatasan sehingga ibu tidak menuntut anak agar dapat membaca, menulis, dan berhitung. Ibu hanya menginginkan anak agar dapat melakukan bantu diri sendiri dan tidak bergantung pada orang lain. Sehingga, ibu memiliki harapan yang sesuai dengan keadaan anak yang mengalami keterlambatan sehingga anak dapat memenuhi harapan-harapan ibu untuk dapat melakukan kegiatan bantu diri seperti makan, mandi, memakai baju sendiri.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat 9 (36%) ibu dengan anak Retardasi Mental Sedang di SLB YPLAB Lembang memaknai Stress pengasuhan yang tinggi, dan sebanyak 16 (64%) ibu dengan anak Retardasi Mental Sedang di SLB YPLAB Lembang memaknai Stress pengasuhan yang rendah. Meski jumlah orang tua yang mengalami stress dalam pengasuhan lebih banyak pada rentang rendah, masih ada orang tua yang belum mampu mengatasi stress pengasuhan pada anak dengan mental retardasi.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka saran yang diajukan oleh peneliti ialah bagi ibu dengan anak Retardasi Mental Sedang di

YPLAB Lembang dapat menurunkan Stress pengasuhan, dengan cara menambah kemampuan serta pengetahuan mengenai anak berkebutuhan khusus sehingga dapat memahami dan menangani perilaku anak seperti mengikuti seminar-seminar mengenai pengasuhan anak berkebutuhan khusus, dan sering berdiskusi dengan pihak-pihak yang mengerti mengenai seperti dokter atau guru.

Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk melihat faktor lain yang dapat menyebabkan stress pengasuhan. Serta disarankan untuk melihat stress pengasuhan pada anak *Mental Retardation* di masa pubertas agar mendapatkan hasil yang lebih variatif.

Daftar Pustaka

- Ahern, S. L. (2004). *Psychometric Properties of The Parenting Stres Index-Short Form*. Thesis. Raleigh: Faculty of Psychology North Carolina State University
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.)*. Washington, DC: Author.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT. Rineka Cipta
- Campito, Jan Starr (2007). *Supportive Parenting Becoming an Advocate for Your Child with Special Needs*. London N1 9JB, UK and 400 Market Street, Suite 400 Philadelphia, PA 19106, USA: Jessica Kingsley Publishers
- Deckard, Kirby Deater (2004). *Stress pengasuhan*. New Haven and London: Yale University Press
- Guilford, J.P. (1956). *Fundamental Statistics in Psychology and Education*. New York: McGraw Hill
- Johnston, C., Hessel, D., Blassey, C., Eliez, S., Erba, H., Friedmen, J.D., Glasser, B., Reiss, A.L (2003). *Factors Associated with Stress pengasuhan in Mothers*
- Noor, Hasanudin (2009). *Psikometri Aplikasi Dalam Penyusunan Instrumen Pengukuran Perilaku*. Jauhar Mandiri