

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Stres pada umumnya dapat didefinisikan sebagai respon organisme terhadap stimulasi yang merugikan atau tidak menyenangkan. Dalam psikologi, stres dipahami sebagai proses yang dialami seseorang ketika berinteraksi dengan lingkungannya. Menurut Selye (1976) dalam Junida (2015) berdasarkan jenisnya stres dapat dibagi menjadi kepada stres fisik, stres kimiawi, stres mikrobiologik, stres fisiologik, stres proses pertumbuhan dan perkembangan, stres psikis dan emosional, dan lain sebagainya. Dalam setting pengasuhan, seseorang yang mengalami tekanan atau stres dalam proses pengasuhan disebut dengan stres pengasuhan atau *parenting stress*. Stress pengasuhan sebagai serangkaian proses yang membawa pada kondisi psikologis yang tidak disukai dan reaksi psikologis yang muncul dalam upaya beradaptasi dengan tuntutan peran sebagai orangtua (Deater-Deckard, 2004 dalam Lestari, 2012).

Peran pasangan sebagai orangtua dapat menjadi sesuatu yang membahagiakan akan tetapi penuh juga dengan tantangan. Tantangan dalam pengasuhan terutama orangtua baru atau pasangan yang baru saja melahirkan, yaitu ketika mereka menjadi orang tua maka akan menghadapi tuntutan terkait dengan peran pengasuhan yang menempatkan mereka pada resiko untuk mengalami stress (Helkenn, 2007 dalam Junida, 2015). Hal ini diperkuat oleh Bigner (2002) dalam Lestari (2012) yang mengemukakan bahwa menjadi orangtua dapat membuat stres

sebagian besar pasangan dan kebanyakan merasa lebih sulit dari yang mereka bayangkan. Salah satu tanggung jawab orangtua yaitu mengasuh anak, mengajarkan mereka mengenai perilaku yang sesuai dalam berinteraksi di masyarakat, mempersiapkan mereka untuk berpartisipasi dalam masyarakat ketika mereka sudah beranjak dewasa, serta memenuhi semua kebutuhan dasar mereka (Olson & DeFrain, 2003 dalam Lestari 2016). Dalam memenuhi tanggung jawabnya, orangtua melakukan cara yang berbeda untuk mengasuh anak mereka. Pengasuhan orangtua (parenting) secara umum dapat didefinisikan sebagai kegiatan yang dilakukan oleh orangtua dan bertujuan untuk memastikan kelangsungan hidup dan juga perkembangan anak (Hoghughi (2004) dalam Lestari (2016).

Parenting stress akan menimbulkan beban bagi orang tua. Stres pengasuhan dapat mengubah sikap orang tua terhadap anak, sehingga akan mempengaruhi pengasuhannya, perilaku tersebut mulai dari pengasuhan yang kurang baik, pengabaian bahkan berakibat pada munculnya perilaku kasar (Gunarsa, 2004 dalam Junida, 2015). Abidin (1995) (dalam Junida, 2015) mengungkapkan bahwa terdapat tiga faktor utama yang menyebabkan stres pengasuhan, yaitu karakteristik anak, karakteristik orang tua dan stres lingkungan. Karakteristik anak mencakup kemampuan anak dalam beradaptasi, level hiperaktivitas, permintaan anak (tuntutan terhadap orangtua), temperantum. Karakteristik orang tua mencakup level depresi, sentuhan / sikap kepada anak, ketrampilan dalam mengasuh anak (termasuk pengetahuan orangtua). Sedangkan stres lingkungan kehidupan mencakup pergantian pekerjaan, pernikahan dan perceraian, serta anggota keluarga (mencakup dukungan keluarga dan kematian anggota keluarga). Walker (2000

dalam Junida, 2015) menyebutkan karakteristik keluarga lainnya yang mempengaruhi stres pengasuhan seperti usia orang tua, jumlah anak di rumah, lama pernikahan, serta dukungan sosial.

Model *parenting stress* Abidin (1995) dalam Ahern (2004) memberikan perumpamaan bahwa “stres mendorong kearah tidak berfungsinya pengasuhan orang tua terhadap anak, pada pokoknya menjelaskan ketidaksesuaian respon orang tua dalam menanggapi konflik dengan anak-anak mereka”. Terdapat tiga aspek dalam *parenting stress* yaitu stres yang bersumber dari orang tua dalam melaksanakan peran sebagai orang tua, yang disebabkan oleh faktor-faktor personal yang terkait persepsi kompetensi, konflik dengan pasangan dan anak, kurangnya dukungan sosial, depresi, dan kondisi kesehatan orang tua; selanjutnya stres yang bersumber dari kesulitan mengatur anak yang berupa kesulitan anak beradaptasi, tuntutan yang terlalu banyak; dan aspek *parenting stress* yang terakhir ketidakberfungsian interaksi antara orang tua dan anak yang berupa kurangnya perasaan positif, kurangnya penerimaan orang tua terhadap karakteristik anak, dan kurangnya kedekatan antara orang tua dan anak.

Parenting stress dapat memberikan dampak pada orang tua yang berupa kelelahan, penurunan kesehatan fisik, ketidakpuasan dalam menjalankan tugas sebagai orang tua (*parenting dissatisfaction*), merenggangnya hubungan antar orang tua dan anak; selain itu *parenting stress* juga memberikan dampak negatif pada anak yang berupa memperlakukan anak dengan kata-kata kasar, anak sebagai korban kekerasan, berkurangnya kemampuan anak dalam sosial, emosional, serta turunnya prestasi akademik anak. Ketidakmampuan untuk mengelola stres

pengasuhan bagi orangtua dapat menyebabkannya mudah melakukan tindak kekerasan pada anak, yang akhirnya berdampak buruk pada pembentukan kepribadian anak. Selain itu juga dapat menyebabkan munculnya perasaan gagal dan ketidakpuasan dalam menjalankan tugas sebagai orang tua (*parenting dissatisfaction*). Kalaupun tidak sampai terjadi tindakan kekerasan, stres pengasuhan yang tidak terkelola dengan baik dapat merenggangkan hubungan orang tua-anak. Dalam keadaan ini anak dapat kehilangan tempat rujukan pada saat menghadapi problem, dan menghambat perkembangan kemampuan pemecahan masalah dan mengambil keputusan (Lestari, 2012).

Parenting stress dalam mengasuh anak menimbulkan kesulitan tersendiri bagi orang tua, khususnya pada ibu (Gunarsa, 2004). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa stres pengasuhan lebih sering dialami oleh ibu dibandingkan oleh ayah. Dalam Penelitian yang dilakukan oleh Shin (2006) di Kanada, yang meneliti sebanyak 106 ibu dan 93 ayah dengan anak berusia tiga sampai enam tahun menunjukkan bahwa ibu mengalami stres yang lebih besar dibandingkan stres yang dialami oleh ayah, selain itu pada primipara sangat beresiko mengalami gangguan jiwa salah satunya post partum blues, hal ini diperkuat oleh penelitian Rahmi (2013) yang menyatakan bahwa di Indonesia angka kejadian postpartum blues antara 50-70% dari wanita pasca persalinan. 75% diantaranya terjadi pada ibu primipara satu dari 10 wanita yang baru saja melahirkan memiliki kecenderungan postpartum blues.

Primipara adalah wanita yang telah melahirkan seorang anak, yang cukup besar untuk hidup di dunia luar matur atau prematur (bagian obstetri dan ginekologi

fakultas kedokteran Universitas Padjajaran). Adanya kecenderungan gangguan mood pada ibu usia muda (Machmudah, 2010) memungkinkan menjadi salah satu faktor risiko terjadinya postpartum blues.

Angka kejadian postpartum blues pada ibu primipara 17,4% lebih tinggi dibandingkan dengan ibu multipara. Hal ini diperkuat oleh beberapa studi yang menunjukkan wanita primipara mempunyai risiko lebih besar terhadap postpartum blues (Yalom 1968 dalam Wijayanti 2018). Sejalan dengan studi diatas, Machmudah (2010) menyatakan bahwa ibu yang sudah pernah melahirkan dan berpengalaman dalam merawat bayinya dibandingkan primipara, primipara akan cenderung mengalami gangguan mood ringan postpartum. Sehingga Machmudah (2010) menyimpulkan dalam penelitiannya bahwa terdapat pengaruh antara paritas dengan kemungkinan terjadinya postpartum blues (Wijayanti, 2013). Post partum blues atau depresi pascapersalinan merupakan kondisi yang mungkin dialami oleh perempuan pada periode pascapersalinan. Tidak seorang pun yang mengira akan mengalami hal tersebut, karena pada umumnya perempuan yang hamil, terlebih yang baru pertama kali, tentu sangat menantikan kehadiran bayinya.

Hasil penelitian Stephanie Lestari dan Yapina Widyawati tahun 2016 menyatakan bahwa *parenting stress* ibu yang memiliki anak kembar berada pada kategori sedang (63.3%). Di samping itu, cukup banyak pula subjek yang berada pada kategori rendah (33.3%). Hanya satu orang subjek yang berada pada kategori tinggi (3.3%) dan tidak ada yang termasuk dalam kategori sangat tinggi.

Dari pemaparan hasil penelitian dan studi pendahuluan di atas belum didapatkan jurnal mengenai *parenting stress* pada primipara. Hal itu membuat peneliti tertarik untuk meneliti gambaran *parenting stress* pada primipara.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana gambaran tingkat *parenting stress* pada primipara?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, tujuan yang ingin dicapai pada penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran *parenting stress* pada primipara.

1.3.2 Tujuan khusus

Terdapat pula tujuan khusus pada penelitian ini yaitu untuk mengidentifikasi:

- a. Data tingkat *parenting stress* tinggi pada primipara dengan *literature review*.
- b. Data tingkat *parenting stress* sedang pada primipara dengan *literature review*.
- c. Data tingkat *parenting stress* rendah pada primipara dengan *literature review*.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran *parenting stress* pada primipara dan dapat menjadi bahan referensi dalam kegiatan proses belajar mengajar terhadap mata pelajaran yang berhubungan dengan *parenting stress* pada primipara.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai referensi, menambah informasi dan gambaran *parenting stress* kepada mahasiswa keperawatan dalam proses pembelajaran keperawatan jiwa ataupun psikologis orang tua dan ibu.

b. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai literatur ataupun gambaran dasar dalam penelitian selanjutnya mengenai *parenting stress*.

c. Bagi profesi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai gambaran dan referensi bagi perawat sebagai dasar layanan operasional keperawatan jiwa.