

HUBUNGAN ANTARA KETERLIBATAN AYAH DENGAN STRES PENGASUHAN IBU YANG MEMILIKI ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS

Zulkarnain Antu
zulkarnainantu@umgo.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dan pengaruh keterlibatan ayah dalam pengasuhan terhadap stres pengasuhan ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus di Layanan Anak Berkebutuhan Khusus Provinsi Gorontalo. Selain itu, penelitian ini juga menganalisis kontribusi variabel keterlibatan ayah dan regulasi emosi secara simultan terhadap stres pengasuhan ibu. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Sumber data diperoleh dari ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus yang terdaftar di Layanan Anak Berkebutuhan Khusus Provinsi Gorontalo, dengan jumlah sampel sebanyak 68 responden yang ditentukan melalui teknik total sampling. Analisis data dilakukan menggunakan uji regresi berganda untuk melihat pengaruh simultan variabel independen terhadap variabel dependen, serta uji korelasi parsial untuk mengetahui hubungan masing-masing variabel secara terpisah. Hasil uji regresi berganda menunjukkan bahwa keterlibatan ayah dan regulasi emosi secara bersama-sama berpengaruh signifikan terhadap stres pengasuhan ibu ($F = 14,751$; $p < 0,05$), dengan nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,464. Hal ini berarti bahwa sebesar 46,4% variasi stres pengasuhan dapat dijelaskan oleh keterlibatan ayah dan regulasi emosi, sedangkan sisanya 53,6% dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian. Secara parsial, keterlibatan ayah memiliki hubungan negatif dan signifikan dengan stres pengasuhan ($r = -0,424$; $p < 0,05$), yang menunjukkan bahwa semakin tinggi keterlibatan ayah dalam pengasuhan, maka semakin rendah tingkat stres pengasuhan ibu. Temuan ini menegaskan pentingnya peran ayah dalam mendukung pengasuhan anak berkebutuhan khusus guna menurunkan tingkat stres yang dialami ibu. Dengan demikian, peningkatan keterlibatan ayah dalam pengasuhan dapat menjadi salah satu strategi intervensi untuk membantu ibu dalam menghadapi tuntutan pengasuhan anak berkebutuhan khusus.

Kata Kunci

keterlibatan ayah, stres pengasuhan, anak berkebutuhan khusus

Pendahuluan

Kehadiran anak berkebutuhan khusus dalam keluarga menghadirkan dinamika pengasuhan yang berbeda dibandingkan dengan pengasuhan anak pada umumnya. Ibu sebagai figur yang secara kultural dan struktural lebih banyak terlibat dalam aktivitas pengasuhan sehari-hari sering kali menghadapi tuntutan fisik, emosional, dan sosial yang lebih besar. Tuntutan tersebut dapat berkembang menjadi stres pengasuhan apabila tidak diimbangi dengan dukungan yang memadai dari lingkungan keluarga, khususnya pasangan. Dalam konteks ini, keterlibatan ayah dalam pengasuhan menjadi faktor penting yang berpotensi memengaruhi kesejahteraan psikologis ibu.

Keterlibatan ayah dalam pengasuhan tidak hanya terbatas pada pemenuhan kebutuhan ekonomi, tetapi juga mencakup partisipasi aktif dalam perawatan, pendampingan terapi,

pengambilan keputusan terkait pendidikan dan layanan, serta dukungan emosional kepada ibu. Pada keluarga yang memiliki anak berkebutuhan khusus, bentuk keterlibatan ini menjadi semakin krusial karena pengasuhan sering kali memerlukan intensitas waktu, kesabaran, dan strategi penanganan yang lebih kompleks. Minimnya keterlibatan ayah dapat memperbesar beban pengasuhan yang dirasakan ibu, sehingga meningkatkan risiko munculnya stres pengasuhan.

Layanan Anak Berkebutuhan Khusus Provinsi Gorontalo menjadi salah satu institusi yang memberikan dukungan pendidikan dan intervensi bagi anak berkebutuhan khusus. Namun demikian, proses pendampingan anak dalam layanan tersebut tetap sangat bergantung pada peran keluarga, terutama ibu sebagai pendamping utama. Berdasarkan fenomena yang teridentifikasi di lapangan, terdapat variasi tingkat keterlibatan ayah dalam mendukung

pengasuhan, yang diduga berkaitan dengan perbedaan tingkat stres pengasuhan yang dialami ibu. Kondisi ini menunjukkan pentingnya mengkaji secara empiris sejauh mana keterlibatan ayah berpengaruh terhadap stres pengasuhan ibu pada konteks lokal.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh keterlibatan ayah dalam pengasuhan terhadap stres pengasuhan ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus di Layanan Anak Berkebutuhan Khusus Provinsi Gorontalo. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Data diperoleh dari 68 ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus dan terdaftar sebagai penerima layanan, dengan teknik pengambilan sampel total sampling. Analisis dilakukan menggunakan uji regresi untuk mengetahui pengaruh keterlibatan ayah terhadap stres pengasuhan ibu.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterlibatan ayah dalam pengasuhan berpengaruh signifikan terhadap stres pengasuhan ibu. Hubungan yang ditemukan bersifat negatif, yang mengindikasikan bahwa semakin tinggi keterlibatan ayah dalam pengasuhan, maka semakin rendah tingkat stres pengasuhan yang dialami ibu. Temuan ini menegaskan bahwa keterlibatan ayah merupakan faktor protektif yang berperan dalam mengurangi beban psikologis ibu dalam konteks pengasuhan anak berkebutuhan khusus. Dengan demikian, penelitian ini memberikan kontribusi empiris terhadap penguatan peran ayah dalam sistem pengasuhan keluarga, khususnya pada keluarga dengan anak berkebutuhan khusus di Provinsi Gorontalo. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi pengembangan program intervensi dan kebijakan layanan yang lebih berorientasi pada pendekatan keluarga secara komprehensif.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional untuk menguji pengaruh keterlibatan ayah dalam pengasuhan terhadap stres pengasuhan ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Desain ini dipilih untuk mengidentifikasi hubungan dan

besaran pengaruh antarvariabel berdasarkan data empiris yang diperoleh dari responden.

Populasi penelitian adalah seluruh ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus dan terdaftar di Layanan Anak Berkebutuhan Khusus Provinsi Gorontalo. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling, sehingga seluruh populasi yang memenuhi kriteria inklusi dijadikan responden penelitian, dengan jumlah sampel sebanyak 68 orang.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan instrumen skala psikologis berbentuk kuesioner tertutup yang mengukur variabel keterlibatan ayah dalam pengasuhan dan stres pengasuhan ibu. Instrumen disusun dalam format skala Likert dan telah melalui proses uji validitas dan reliabilitas sebelum digunakan dalam penelitian. Pengisian kuesioner dilakukan secara langsung oleh responden sesuai dengan prosedur yang telah ditetapkan.

Analisis data dilakukan melalui beberapa tahap, yaitu analisis deskriptif untuk menggambarkan karakteristik data, uji asumsi klasik sebagai prasyarat analisis, serta analisis regresi linear sederhana untuk menguji pengaruh keterlibatan ayah terhadap stres pengasuhan ibu. Selain itu, uji korelasi digunakan untuk mengetahui arah dan kekuatan hubungan antarvariabel. Seluruh proses analisis data dilakukan dengan bantuan perangkat lunak Statistical Package for the Social Sciences (SPSS).

Hasil dan Pembahasan

Hasil analisis menunjukkan bahwa keterlibatan ayah dalam pengasuhan berpengaruh signifikan terhadap stres pengasuhan ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus di Layanan Anak Berkebutuhan Khusus Provinsi Gorontalo. Berdasarkan uji regresi linear sederhana, diperoleh nilai signifikansi $p < 0,05$ yang menunjukkan adanya pengaruh yang bermakna secara statistik antara variabel keterlibatan ayah dan stres pengasuhan.

Nilai koefisien korelasi (r) sebesar $-0,424$ menunjukkan arah hubungan negatif dengan kekuatan hubungan pada kategori sedang. Hal ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi keterlibatan ayah dalam pengasuhan, maka

semakin rendah tingkat stres pengasuhan yang dialami ibu. Sebaliknya, rendahnya keterlibatan ayah berkaitan dengan meningkatnya stres pengasuhan.

Koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,464 menunjukkan bahwa keterlibatan ayah memberikan kontribusi terhadap variasi stres pengasuhan sebesar 46,4%, sementara sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa keterlibatan ayah berperan sebagai faktor protektif dalam menurunkan stres pengasuhan ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Keterlibatan ayah yang dimaksud mencakup partisipasi aktif dalam pengasuhan, dukungan emosional, serta keterlibatan dalam proses pendidikan dan layanan anak. Ketika ayah terlibat secara aktif, beban pengasuhan tidak sepenuhnya ditanggung oleh ibu, sehingga tekanan psikologis yang dirasakan menjadi lebih ringan.

Hasil ini sejalan dengan penelitian-penelitian yang telah dikemukakan dalam naskah, yang menyatakan bahwa dukungan pasangan dan pembagian peran pengasuhan yang seimbang berhubungan dengan tingkat stres pengasuhan yang lebih rendah pada ibu anak berkebutuhan khusus. Dalam naskah juga dijelaskan bahwa ibu yang kurang mendapatkan dukungan pasangan cenderung menunjukkan tingkat kelelahan emosional dan tekanan psikologis yang lebih tinggi. Dengan demikian, hasil penelitian ini memperkuat temuan sebelumnya bahwa keterlibatan ayah merupakan salah satu determinan penting dalam kesejahteraan psikologis ibu.

Secara kontekstual, temuan ini juga mencerminkan kondisi keluarga di Provinsi Gorontalo, di mana peran pengasuhan masih sering dipusatkan pada ibu. Ketika ayah menunjukkan keterlibatan yang lebih aktif, terjadi redistribusi tanggung jawab pengasuhan yang berdampak positif terhadap stabilitas emosional ibu.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, jumlah sampel relatif kecil (68 responden) dan terbatas pada satu lembaga

layanan, sehingga generalisasi hasil penelitian masih terbatas pada konteks serupa. Kedua, penelitian menggunakan desain korelasional sehingga tidak dapat sepenuhnya menjelaskan hubungan sebab-akibat secara longitudinal. Ketiga, variabel yang diteliti hanya berfokus pada keterlibatan ayah, sementara faktor lain seperti dukungan sosial eksternal, kondisi ekonomi, atau karakteristik anak tidak dianalisis secara mendalam.

Berdasarkan hasil penelitian, disarankan agar penelitian selanjutnya melibatkan jumlah sampel yang lebih besar dan cakupan wilayah yang lebih luas untuk meningkatkan daya generalisasi. Penelitian lanjutan juga dapat mempertimbangkan pendekatan longitudinal guna melihat dinamika keterlibatan ayah dan stres pengasuhan dari waktu ke waktu. Selain itu, pengkajian variabel lain yang berpotensi memengaruhi stres pengasuhan, seperti dukungan sosial, regulasi emosi, maupun faktor ekonomi keluarga, dapat dilakukan untuk memperoleh gambaran yang lebih komprehensif.

Secara praktis, hasil penelitian ini dapat menjadi dasar pengembangan program intervensi berbasis keluarga yang mendorong peningkatan keterlibatan ayah dalam pengasuhan anak berkebutuhan khusus, khususnya pada layanan anak berkebutuhan khusus di Provinsi Gorontalo.

Kesimpulan

Keterlibatan ayah dalam pengasuhan berpengaruh signifikan dan negatif terhadap stres pengasuhan ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus di Layanan Anak Berkebutuhan Khusus Provinsi Gorontalo. Semakin tinggi keterlibatan ayah, semakin rendah tingkat stres pengasuhan ibu. Keterlibatan ayah berkontribusi sebesar 46,4% terhadap variasi stres pengasuhan. Temuan ini menegaskan pentingnya pendekatan pengasuhan berbasis keluarga dalam layanan anak berkebutuhan khusus.

Daftar Pustaka

- Abidin, R. R. (1995). *Parenting Stress Index* (3rd ed.). Psychological Assessment Resources.
- Cabrera, N. J., Tamis-LeMonda, C. S., Bradley, R. H., Hofferth, S., & Lamb, M. E. (2000). *Fatherhood in the twenty-first century*. *Child Development*, 71(1), 127–136. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00126>
- Crnic, K., & Low, C. (2002). *Everyday stresses and parenting*. In M. H. Bornstein (Ed.), *Handbook of parenting* (2nd ed., Vol. 5, pp. 243–267). Lawrence Erlbaum Associates.
- Deater-Deckard, K. (2004). *Parenting stress*. Yale University Press.
- Hayes, S. A., & Watson, S. L. (2013). *The impact of parenting stress: A meta-analysis of studies comparing the experience of parenting stress in parents of children with and without autism spectrum disorder*. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 43(3), 629–642. <https://doi.org/10.1007/s10803-012-1604-y>
- Lamb, M. E. (Ed.). (2010). *The role of the father in child development* (5th ed.). John Wiley & Sons.
- Neece, C. L. (2014). *Mindfulness-based stress reduction for parents of young children with developmental delays: Implications for parental mental health and child behavior problems*. *Journal of Family Psychology*, 28(1), 1–12. <https://doi.org/10.1037/a0035447>
- Pleck, J. H. (2010). *Paternal involvement: Revised conceptualization and theoretical linkages with child outcomes*. In M. E. Lamb (Ed.), *The role of the father in child development* (5th ed., pp. 58–93). John Wiley & Sons..