

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. *Parental Burnout*

1. Definisi *Parental Burnout*

Menurut Roskam dkk. (2017) *parental burnout* adalah keadaan dimana orang tua mengalami kelelahan yang intens yang disebabkan oleh peran orang tua dimana orang tua dapat menjadi terlepas secara emosional dari anak-anak mereka dan meragukan kemampuan mereka sendiri untuk dapat menjadi orang tua yang baik. Lebert-Charron dkk. (2018) yang menyebutkan bahwa *parental burnout* bukanlah stres atau kelelahan orang tua biasa, melainkan respon yang berkelanjutan terhadap stres orang tua yang kronis dan berlebihan.

Orang tua merasa *parenting* sangat menguras energi mereka, hingga ketika para orang tua hanya memikirkan peran mereka sebagai orang tua sudah dapat membuat mereka merasa lelah dan telah mencapai akhir dari ikatan mereka. Akibatnya, para orang tua menjadi jauh secara emosional dari anak-anak dan jarang terlibat dalam hubungan serta interaksi yang menjadi terbatas pada aspek fungsional atau instrumental dengan mengorbankan aspek emosional yang membuat orang tua merasa tidak lagi menjadi orang tua yang baik dan kehilangan kebahagiaan bersama anak-anaknya (Mikolajczak dkk., 2018).



Dalam penelitian ini, yang dimaksud dengan *parental burnout* mengacu pada teori Roskam dkk. (2017) *parental burnout* merupakan kondisi kelelahan hebat akibat stres berkepanjangan pada orang tua yang ditandai dengan tiga karakter utama, yaitu kelelahan secara emosional, adanya jarak secara emosional dengan anak (*emotional distancing*) dan rendahnya perasaan memiliki pencapaian pribadi sebagai orang tua.

2. Aspek-aspek *Parental Burnout*

Aspek-aspek *parental burnout* menurut Roskam dkk. (2018) menyatakan terdapat empat aspek dalam *parental burnout*. Diantaranya yaitu:

a. Kelelahan dengan peran orang tua (*Exhaustion*)

Orang tua yang mengalami *parental burnout* akan merasakan kelelahan secara emosional yang hebat terkait dengan peran mereka sebagai orang tua.

b. Perasaan berbeda dengan diri sebelumnya (*Contrast with Previous Self*)

Orang tua yang mengalami *parental burnout* cenderung merasa diri mereka bukanlah orang yang sama dengan diri mereka sebelumnya, dalam peran yang sama sebagai orang tua. Mereka merasa seperti kehilangan arah dalam pengasuhan dan juga kehilangan kebanggaan sebagai orang tua. Orang tua juga merasa malu pada diri mereka sendiri saat mengalami *parental burnout*.

c. Perasaan muak dengan peran sebagai orang tua (*Feelings of Being Fed Up*)

Perasaan muak pada orang tua ini merujuk pada bagaimana orang tua tidak lagi merasa bahagia bersama anak mereka. Mereka merasa seperti sudah tidak bisa lagi menjadi orang tua, dan mereka merasa tidak lagi bisa menanggung semua kesulitan menjadi orang tua.

- d. Adanya jarak secara emosional dengan anak (*Emotional Distancing*)

Orang tua yang kelelahan akan semakin sedikit melibatkan diri mereka dalam peran-peran pengasuhan maupun peran lain yang berhubungan dengan anak mereka. Interaksi dengan anak menjadi lebih terbatas pada kegiatan-kegiatan yang sifatnya fungsional semata, tanpa melibatkan aspek emosional.

3. Faktor-faktor yang Memengaruhi *Parental Burnout*

Roskam dkk. (2018) menjelaskan adanya faktor risiko yang dapat meningkatkan peluang terjadinya *parental burnout*. Berikut ini penjabaran dari faktor-faktor yang memengaruhi *parental burnout*, yaitu:

- a. Perfeksionisme orang tua

Perfeksionisme merupakan sikap atau kecenderungan untuk menetapkan standar yang sangat tinggi dan mengharapkan pencapaian yang sempurna dari diri mereka sendiri atau dari anak-anak mereka.

- b. Welas diri (*self-compassion*)

Welas diri merupakan penilaian atau evaluasi yang individu lakukan terhadap diri mereka sendiri.

c. Kecerdasan emosional yang rendah

Kurangnya kemampuan seseorang dalam mengenali, memahami, mengatur, dan bereaksi terhadap emosi, baik emosi mereka sendiri maupun emosi orang lain.

d. Praktek pengasuhan anak yang buruk

Pengasuhan anak yang buruk dapat mencakup berbagai perilaku atau keputusan yang tidak baik kepada anak seperti, kekerasan fisik, verbal ataupun penelantaran.

e. Banyaknya pekerjaan rumah tangga

Banyaknya pekerjaan rumah tangga bisa menjadi beban yang signifikan bagi orang tua.

f. Memiliki anak berkebutuhan khusus

Anak berkebutuhan khusus merupakan kondisi seorang anak yang memiliki perbedaan dengan kondisi anak pada umumnya, baik dalam faktor fisik, kognitif maupun psikologis.

g. Kurangnya dukungan sosial

Kurangnya dukungan sosial mengacu kepada kurangnya hubungan yang dimiliki individu dengan keluarga, pasangan, teman atau dengan individu lainnya. dukungan sosial dapat berupa dukungan emosional, informasi, atau bantuan praktis dalam berbagai situasi kehidupan.

B. Dukungan Sosial

1. Definisi Dukungan Sosial

Smet (dalam Muttaqinah & Novitasari, 2015) mengungkapkan bahwa apabila seorang individu merasa didukung oleh lingkungan sekitar, maka akan cenderung lebih mudah ketika melalui masa-masa sulit. Smet juga mengungkapkan bahwa dukungan sosial berpengaruh terhadap kesehatan individu. Lebih lanjut menurut Kurnia (2018) dukungan sosial adalah salah satu hal penting dalam memelihara keadaan psikologis individu yang mengalami tekanan, sehingga dapat menimbulkan pengaruh positif yang akan mengurangi gangguan.

Menurut Sarafino dan Smith (2017) dukungan sosial merupakan suatu bentuk yang dapat diartikan sebagai kenyamanan, perhatian, penghargaan serta bantuan dari yang diterima individu dari orang lain, maksud orang lain disini yaitu bisa berarti individu perorangan maupun kelompok. Selain itu Unsar dkk. (2016) mengungkapkan bahwa dukungan sosial yang mencakup sumber daya yang dirasakan oleh individu yang diberikan dari orang lain sehingga individu merasa diperhatikan dihargai dan dianggap menjadi bagian dari kelompok.

Menurut Baron dan Byrne (dalam daawi & Nisa, 2021) dukungan sosial merupakan suatu kenyamanan baik secara emosional maupun tenaga yang diberikan oleh orang lain sebagai cara mengatasi *stress*. Sejalan dengan itu Wills (dalam Thohiroh dkk., 2019) menyebutkan dukungan

sosial mengacu pada ketersediaan sumber daya yang diberikan oleh lingkungan kepada individu untuk membantu mereka mengatasi masalah.

Dalam penelitian ini, yang dimaksud dengan dukungan sosial mengacu kepada teori Zimet (dalam Tourniawan dkk., 2023) menyebutkan dukungan sosial sebagai evaluasi subjektif terhadap kecukupan dukungan sosial di lingkungan sekitar dalam bentuk pengakuan, penghargaan, evaluasi subjektif, instrumental, serta dukungan informasi.

2. Aspek-aspek Dukungan Sosial

Aspek-aspek dukungan sosial menurut Zimet (dalam Tourniawan dkk., 2023) menyatakan terdapat tiga aspek dalam dukungan sosial. Diantaranya yaitu:

a. Dukungan keluarga

Keluarga merupakan unit terkecil dari masyarakat yang terdiri dari kepala keluarga dan beberapa orang yang berkumpul dan tinggal di suatu tempat di bawah satu atap dalam keadaan saling ketergantungan.

b. Dukungan teman

Teman adalah orang yang sudah lama di kenal dan sering berhubungan dalam hal tertentu (dalam bermain, belajar, bekerja dan sebagainya).

c. *Significant others*

Significant others adalah orang-orang terdekat dalam lingkungan sosial seseorang. Orang-orang terdekat ini dapat disebut sebagai *significant others*.

Selain itu, Sarafino dan Smith (2017) mengemukakan bahwa dukungan sosial bukan hanya sifat tunggal saja akan tetapi berupa perpaduan atas beberapa aspek. Terdapat empat aspek dukungan sosial menurut Sarafino dan Smith, yaitu:

- a. *Emotional or esteem support* (dukungan emosional atau penghargaan)

Dukungan ini dinyatakan dalam bentuk bantuan berupa dorongan untuk memberikan empati, kasih sayang, perhatian dan penghargaan positif yang membuat individu merasa nyaman, tenram kembali, serta merasa dimiliki dan dicintai.

- b. *Tangible or instrumental support* (dukungan nyata atau instrumental)

Dukungan ini mencakup bantuan langsung seperti memberikan pinjaman barang atau menolong dengan melakukan suatu kegiatan.

- c. *Informational support* (dukungan informasi)

Dukungan ini diberikan dalam bentuk informasi, nasihat, ataupun umpan balik mengenai apa yang sebaiknya dilakukan oleh orang lain yang membutuhkan.

- d. *Companionship support* (dukungan persahabatan)

Dukungan ini merupakan suatu interaksi sosial yang positif dengan orang lain ataupun dengan suatu kelompok.

Dalam penelitian ini, sebagai aspek-aspek dukungan sosial yang digunakan mengacu pada teori Zimet (dalam Tourniawan., (2023) bahwa dukungan sosial memiliki tiga aspek, yaitu: dukungan keluarga, dukungan teman, *significant other*.

C. Anak Berkebutuhan Khusus

1. Definisi Anak Berkebutuhan Khusus

Anak berkebutuhan khusus adalah anak yang memiliki karakteristik kekhususan tertentu yang tentu berbeda dengan anak pada umumnya di usia yang sama (Ni'matuzzahroh & Yuni, 2016). Sejalan dengan itu menurut Lisinus dan Pastiria (2020) *disability* yaitu terbatas dalam melakukan aktivitas atau kegiatan tertentu, *impairment* merupakan ketidaknormalan fungsi anatomic dan psikologis serta *handicap* adalah ketidak beruntungan individu yang menghambat keberfungsiannya yang normal pada individu.

Menurut Heward dan Orlansky (dalam Nida, 2014) individu yang berkebutuhan khusus adalah individu yang memiliki atribut fisik atau kemampuan belajar yang berbeda dari individu normal, baik di atas atau di bawah yang tanpa selalu menunjuk pada ketidakmampuan fisik, mental, atau emosi, sehingga membutuhkan program individual dalam pendidikan khusus.

Hallahan dan Kauffman (dalam Nuryati, 2022) berpendapat bahwasanya anak berkebutuhan khusus adalah insan yang mengharapkan pengajaran secara khusus serta bantuan yang terpaut didalamnya. Pengajaran khusus sangat diperlukan bagi anak berkebutuhan khusus, dikarenakan terdapat perbedaan tidak sama seperti anak normal seperti biasanya, seperti memiliki keterbelakangan mental, kurang mampu untuk mendengar, kurang mampu untuk berbicara dengan baik dan lancar, mengalami cacat fisik sehingga tidak dapat melakukan aktivitasnya sendiri,

memerlukan bantuan secara intensif agar membangun kemandirian pada anak dan pendidikan khusus.

Kosasih (dalam Wijaya, 2019) menyatakan bahwa anak luar biasa adalah anak yang mengalami keterlambatan dan mengalami gangguan yang jalur pendidikannya tidak sesukses di sekolah reguler. Anak-anak dengan kebutuhan khusus adalah mereka yang memiliki masalah fisik, mental, IQ, emosional yang memerlukan instruksi khusus. Anak berkebutuhan khusus menurut friend (dalam khasanah, 2018) anak-anak yang memiliki disabilitas dapat diterima dalam sistem pendidikan umum, yaitu suatu pendidikan yang dirancang khusus untuk membantu siswa berkebutuhan khusus mencapai potensi pembelajaran mereka.

2. Klasifikasi Anak Berkebutuhan Khusus

Menurut Mirnawati (2020) didalam bukunya menjelaskan klasifikasi anak berkebutuhan khusus, berikut ini penjabaran dari klasifikasi anak berkebutuhan khusus:

a. Tunanetra

Tunanetra merupakan kelainan pada anak berkebutuhan khusus, yang mana hilangnya keberfungsian pada indera visual seseorang setelah dikoreksi kurang dari 6/60, atau tidak bisa melihat sama sekali. Tunanetra dapat digolongkan menjadi dua kriteria yaitu buta secara permanen dan lemah penglihatan.

Karena penyandang tunanetra mengalami kesulitan melihat, proses pembelajaran harus memanfaatkan alat bantu terkait indera lainnya, seperti

pada alat peraba dan indra pendengaran. Karena itu, kita harus menyadari instruksi yang diberikan, seperti media yang akurat dan objektif secara faktual. Contohnya termasuk penggunaan braille, gambar relief, model benda, dan nyata benda. Sebaliknya, file audio dan speaker komputer adalah satu-satunya bentuk media yang memiliki suara.

b. Tunarunggu

Seorang anak yang memiliki gangguan pendengaran total atau sementara dianggap tuli. Menurut tingkat keparahan gangguan pendengaran, anak-anak tunarunggu dikategorikan sebagai berikut:

- 1) Sangat berat (diatas 91 dB)
- 2) Berat (71- 90 dB)
- 3) Sedang (56-70 dB)
- 4) Ringan (41-55 dB)
- 5) Rendah (27-40 dB)

Adanya gangguan pada anak tunarunggu membuat anak tunarunggu mengalami keterlambatan dalam berbicara, sehingga dapat dikatakan ia juga mengalami gangguan bicara atau tunawicara. Teknik berkomunikasi anak tunarunggu dengan memanfaatkan bahasa isyarat. Abjad bahasa isyarat menggunakan jari sifatnya permanen secara internasional.

c. Tunagrahita (retardasi mental)

Tunagrahita yakni anak yang mempunyai gangguan pada intelegensinya dibawah anak normal. Anak tunagrahita tidak mampu dalam melakukan

penyesuaian pola perilaku yang berkembang. Penjabaran tunagrahita berlandaskan pada kategori IQ yaitu:

- 1) Tunagrahita tingkat sangat berat (IQ 0-19)
- 2) Tunagrahita tingkat berat (IQ 20-35)
- 3) Tunagrahita tingkat sedang (IQ 36-50)
- 4) Tunagrahita tingkat ringan (IQ 51-70)

d. Tunadaksa

 Tunadaksa merupakan anak dengan gangguan gerak disebabkan karena adanya kelainan neuromuskular dan susunan tulang dari bawaan lahir, karena sakit atau akibat kecelakaan. *Cerebral palsy*, amputasi, polio, dan kelumpuhan adalah contoh kecacatan. Gangguan yang mempengaruhi orang-orang cacat sering berdampak pada kognisi, perilaku, dan kemampuan untuk beradaptasi. Ada tiga jenis gangguan yang berbeda:

- 1) Tunadaksa ringan, biasanya pada kelompok ini disebabkan oleh kelainan pada bagian tubuh seperti kelumpuhan, berkurangnya anggota badan atau buntung dan kecacatan fisik. Tunadaksa jenis ini sedikit mengalami gangguan mental dan kecerdasannya cenderung normal.
- 2) Tunadaksa sedang, pada kelompok ini biasanya disebabkan oleh cacat saat lahir, kerusakan otak ringan dan poliomielitis ringan. Kelompok ini dikaitkan dengan berkurangnya ingatan meski tidak jauh sampai dibawah normal.

- 3) Tunadaksa berat, umumnya mereka yang mengalami kecacatan ini mempunyai tingkat kecerdasan yang tergolong dalam kelompok debil, embesil, idiot. Ketunaan ini diakibatkan infeksi dan *cerebral palsy* berat.
- e. Hambatan emosi dan perilaku (tunalaras)

Menurut Kauffman dan Landrum (dalam Mirmawati, 2020) Tidak ada definisi hambatan emosi atau perilaku yang diterima secara universal. Ketidaksepakatan di antara para profesional berasal dari banyak faktor, termasuk beragam model teoretis (misalnya, psikodinamik, biofisik, perilaku), fakta bahwa semua anak dan remaja berperilaku tidak tepat pada waktu yang berbeda dan situasi yang berbeda, kesulitan mengukur emosi dan perilaku, dan varians lintas budaya dalam hal apa perilaku yang dapat diterima dan tidak dapat diterima. Demikian pula, banyak istilah yang gunakan untuk menggambarkan anak dengan hambatan emosi dan perilaku, di antaranya: gangguan emosional, gangguan perilaku, konflik emosional, cacat sosial, cacat pribadi, gangguan sosial, dan banyak lainnya. Keragaman definisi dan istilah ini diperparah oleh variabilitas yang ditandai dalam definisi orang tentang perilaku "normal".

f. Sepektrum Autisme

Autisme adalah gangguan perkembangan neurobiologis yang kompleks yang berlangsung sepanjang hidup seseorang. Individu dengan autisme memiliki masalah dengan interaksi sosial dan komunikasi, sehingga mereka mengalami kesulitan untuk berbicara, atau mereka tidak menatap mata saat berkomunikasi. Mereka kadang-kadang memiliki perilaku yang harus

mereka lakukan atau yang mereka lakukan berulang-ulang, seperti menjajarkan pensil, atau mengatakan kalimat yang sama berulang-ulang.

g. Kesulitan belajar spesifik

Kesulitan belajar spesifik adalah kondisi kronis yang diduga berasal dari neurologis yang secara selektif mengganggu perkembangan, integrasi, dan kemampuan verbal atau nonverbal. Kesulitan belajar spesifik merupakan suatu kondisi berbeda dan bervariasi dalam manifestasinya dan tingkat keparahannya. Sepanjang hidup, kondisi tersebut dapat memengaruhi harga diri, pendidikan, sosialisasi, dan/atau aktivitas kehidupan sehari-hari.

Dengan demikian, dapat ditarik kesimpulan beberapa komponen umum yang mendefinisikan kesulitan belajar spesifik, di antaranya sebagai berikut:

- 1) Fungsi intelektual dalam kisaran normal.
- 2) Kesenjangan atau ketidaksesuaian yang signifikan antara potensi dan prestasi aktual siswa.
- 3) Kesulitan belajar tidak disebabkan oleh kecacatan lain atau faktor ekstrinsik.
- 4) Kesulitan dalam belajar pada satu atau lebih bidang akademik.
- 5) Disfungsi sistem saraf pusat.

h. ADHD

Zaviera (dalam Mirnawati dan amka, 2019) menyatakan bahwa ADHD (*attention deficit hyperactivity disorder*) atau dalam bahasa Indonesia, ADHD disebut gangguan pemusatkan perhatian dan hiperaktivitas (GPPH).

Sebelumnya, pernah ada istilah ADD (*attention deficit disorder*) yang berarti gangguan pemusatan perhatian. Istilah ADHD (*attention deficit hyperactivity disorder*) merupakan istilah yang sering muncul pada dunia medis yang belakangan ini gencar pula diperbincangkan dalam dunia pendidikan dan psikologi.

Istilah ini memberikan gambaran tentang suatu kondisi medis yang disahkan secara internasional mencakup disfungsi otak, di mana individu mengalami kesulitan dalam mengendalikan impuls, menghambat perilaku, dan tidak mendukung rentang perhatian atau rentang perhatian mudah teralihkan. Jika hal ini terjadi pada seorang anak dapat menyebabkan berbagai kesulitan belajar, kesulitan berperilaku, kesulitan sosial, dan kesulitan-kesulitan lain.

i. Tunawicara

Penyandang tunawicara merupakan orang yang mengalami kesusahan dalam berbicara. Ini mungkin disebabkan oleh pita suara, rongga mulut, lidah, dan organ bicara lainnya yang tidak berfungsi dengan baik.. Gangguan bicara sering dikaitkan dengan gangguan pendengaran, karena terdapat saraf eustachius saraf yang menjadi penghubung telinga tengah dengan rongga mulut, dan anggota badan bicaranya seperti mulut, kerongkongan, hidung, batang tenggorokan dan paru-paru.

Dalam penelitian ini, peneliti hanya mengambil tiga klasifikasi disabilitas anak berkebutuhan khusus, yaitu: tunarungu, tunawicara dan tunagrahita.

3. Penyebab Anak Berkebutuhan Khusus

Menurut Desiningrum (2016) ada beberapa faktor yang menjadi sebabnya seorang anak menjadi memiliki kelainan atau luar biasa, yang dibagi menjadi tiga bagian, yaitu:

a. Pre-natal

Prenatal adalah penyakit masa kanak-kanak yang terjadi sejak dari dalam kandungan atau sebelum lahir. Peristiwa ini diakibatkan karena faktor internal seperti genetik maupun dari keturunan, dari faktor eksternal yaitu perdarahan ibu yang mungkin disebabkan oleh kejang yang dialaminya, bisa juga karena kandungannya terbentur, jauh sewaktu hamil, dan menggunakan obat-obatan yang dapat membahayakan janin. Sehingga dapat menyebabkan kekurangan nutrisi.

b. Peri-natal

Masa peri-natal merupakan masa setelah melahirkan dikenal sebagai periode peri-natal dan juga dikenal sebagai Natal atau proses saat kelahiran. Misalnya lahir yang susah, bantuan yang tidak tepat, kelahiran yang tidak langsung, lahir prematur, kurangnya berat badan saat lahir, ibu menderita sifilis karena infeksi.

c. Pasca-natal

Gangguan pasca-kelahiran adalah gangguan yang berkembang pada anak setelah lahir tetapi sebelum anak mencapai usia dewasa (sekitar pada usia 18 tahun). Hal ini disebabkan oleh kejang-kejang, keracunan, terdapat tumor, kecelakaan, dan diare infantil.

D. Kerangka Berpikir

Menurut Lisinus dan Sembiring (2020) anak berkebutuhan khusus merupakan kondisi seorang anak yang memiliki perbedaan dengan kondisi anak pada umumnya, baik dalam faktor fisik, kognitif maupun psikologis, dan anak berkebutuhan khusus memerlukan pengasuhan semestinya sesuai dengan kebutuhan atau kondisi anak tersebut. Pengasuhan yang tepat bagi anak berkebutuhan khusus melibatkan komitmen, kesabaran, dan penyesuaian terus menerus dari orang tua. Maka, orang tua perlu menjaga keseimbangan dalam hidup mereka sendiri untuk dapat memberikan dukungan yang optimal kepada anak, termasuk merawat kesehatan fisik ataupun mental mereka sendiri, mencari dukungan sosial yang dapat membantu kesulitan yang mereka alami.

Menurut Sarafino dan Smith (2017) dukungan sosial merupakan suatu bentuk yang dapat diartikan sebagai kenyamanan, perhatian, penghargaan serta bantuan yang diterima individu dari orang lain, maksud orang lain disini yaitu bisa berarti individu perorangan maupun kelompok. Zimet (dalam Tourniawan dkk., 2023) menyebutkan dukungan sosial sebagai evaluasi subjektif terhadap kecukupan dukungan sosial di lingkungan sekitar dalam bentuk pengakuan, penghargaan, evaluasi subjektif, instrumental, serta dukungan informasi.

Adapun aspek-aspek dukungan sosial menurut Zimet (dalam Tourniawan dkk., 2023) menyatakan terdapat tiga aspek dalam dukungan sosial. Diantaranya yaitu: dukungan keluarga merupakan unit terkecil dari

masyarakat yang terdiri dari kepala keluarga dan beberapa orang yang berkumpul dan tinggal di suatu tempat di bawah satu atap dalam keadaan saling ketergantungan, teman adalah orang yang sudah lama di kenal dan sering berhubungan dalam hal tertentu (dalam bermain, belajar, bekerja dan sebagainya), *Significant others* adalah orang-orang terdekat dalam lingkungan sosial seseorang.

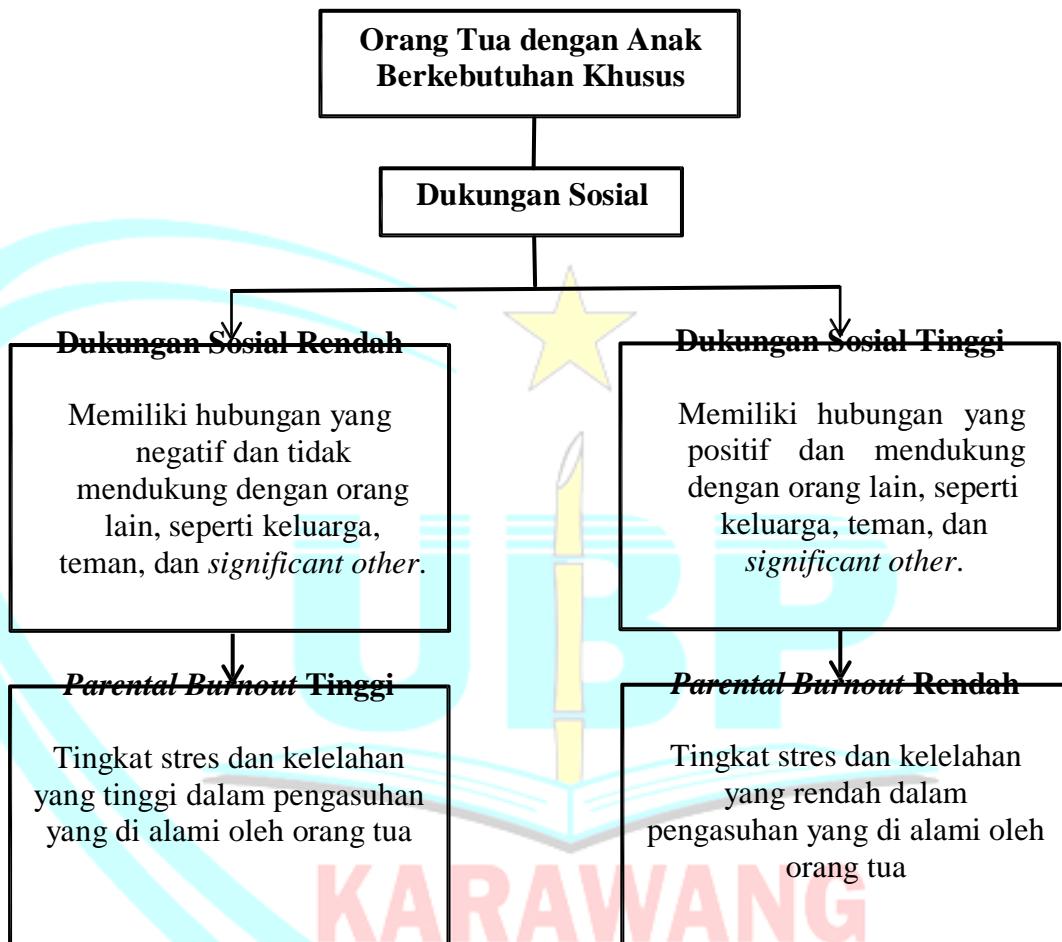
Menurut Yasin dan Dzulkifli (dalam Novita & Novitasari, 2017) dukungan sosial sangat penting bagi individu dalam hidup dan dukungan sosial memainkan peran penting dalam mengelola masalah psikologis, kurangnya dukungan sosial menjadi salah satu faktor yang menyebabkan banyak masalah psikologis. Dalam penelitian terkait dukungan sosial yang dilakukan oleh Griffith (2022) diperoleh hasil bahwa kurangnya dukungan sosial berisiko meningkatkan adanya *parental burnout*. Selain itu, hasil penelitian yang dilakukan oleh Arini (2021) hasil studi kepustakaan menunjukkan *parental burnout* terjadi pada orang tua baik ibu, ayah ataupun individu yang memiliki peran pengasuhan, minimnya dukungan sosial menjadi penyebab meningkatnya *parental burnout*.

Menurut Mikolajczak dkk (2018) *parental burnout* yang dirasakan oleh orang tua bukan saja berhubungan dengan potensi kekerasan pada anak, tetapi juga pada pengabaian terhadap anak. Menurut Roskam dkk. (2017) *parental burnout* merupakan kondisi kelelahan hebat akibat stress berkepanjangan pada orang tua yang ditandai dengan tiga karakter utama, yaitu kelelahan secara emosional, adanya jarak secara emosional dengan anak (*emotional*

distancing), dan rendahnya perasaan memiliki pencapaian pribadi sebagai orang tua. Kelelahan pengasuhan yang dirasakan oleh orang tua bukan saja berhubungan dengan potensi kekerasan pada anak, tetapi juga pada pengabaian terhadap anak (Mikolajczak dkk., 2018).

Parental burnout ini memiliki empat aspek, diantaranya yaitu: (*exhaustion*) merupakan kelelahan dengan peran sebagai orang tua, (*contrast with previous parental self*) yaitu perasaan berbeda dengan diri sendiri di masa sebelumnya, (*feelings of being fed up*) yaitu perasaan muak dengan peran sebagai orang tua, dan (*emotional distancing*) yaitu menciptakan jarak secara emosional dengan anak (Roskam, 2018). Menurut Mikolajczak dan Roskam (2018) menjelaskan faktor-faktor yang dapat meningkatkan peluang terjadinya *parental burnout*, yaitu: perfeksionisme orang tua, welas diri (*self- compassion*) kecerdasan emosional yang rendah, praktek pengasuhan anak yang buruk, memiliki anak berkebutuhan khusus, banyaknya pekerjaan rumah tangga, dan kurangnya dukungan sosial. Salah satu faktor yang menyebabkan *parental burnout* adalah dukungan sosial. Oleh karena itu, dapat diasumsikan bahwa rendahnya dukungan sosial menjadi potensi terjadinya *parental burnout* pada orang tua anak berkebutuhan khusus, Hal ini dapat digambarkan dengan kerangka pemikiran sebagai berikut:

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir



E. Hipotesis Penelitian

Ha : Ada pengaruh dukungan sosial terhadap *parental burnout* pada orang tua dengan anak berkebutuhan khusus di SLB B dan C Tunas Harapan Karawang.

Ho : Tidak ada pengaruh dukungan sosial terhadap *parental burnout* pada orang tua dengan anak berkebutuhan khusus di SLB B dan C Tunas Harapan Karawang.