DUKUNGAN SOSIAL MELALUI *SUPPORT GROUP* BAGI ORANG TUA SISWA SLBN 2 YOGYAKARTA DALAM MENGHADAPI STRES DAN HAMBATAN PENDAMPINGAN BELAJAR DI MASA PANDEMI

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagai Syarat-syarat
Memperoleh Gelar Sarajana Strata I

Oleh :
Krisma Narulita Putri
NIM : 18102050022

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Pembimbing :
Asep Jahidin, S.Ag,. M.Si
NIP : 19750830 200604 1 002

PROGRAM STUDI ILMU KESEJAHTERAAN SOSIAL
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA
2022

SURAT PENGESAHAN SKRIPSI

KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 515856 Fax. (0274) 552230 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-1319/Un.02//PP.00.9/08/2022

Tugas Akhir dengan judul : DUKUNGAN SOSIAL MELALUI SUPPORT GROUP BAGI ORANG TUA SISWA SLBN 2 YOGYAKARTA DALAM MENGHADAPI STRES DAN HAMBATAN PENDAMPINGAN BELAJAR DI MASA PANDEMI

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : KRISMA NARULITA PUTRI
Nomor Induk Mahasiswa : 18102050022
Telah diujikan pada : Jumat, 12 Agustus 2022
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR

Ketua Sidang/Penguji I

Asep Jahidin, S.Ag., M.Si
SIGNED

Valid ID: 63154ba80686f

Penguji II

Andayani, SIP, MSW
SIGNED

Valid ID: 6344eca99c740

Penguji III

Siti Solechah, S.Sos.I., M.Si
SIGNED

Valid ID: 6306f524804df

Yogyakarta, 12 Agustus 2022
UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Prof. Dr. Hj. Marhumah, M.Pd.
SIGNED

Valid ID: 6345174ed8895

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 515856 Yogyakarta 55281

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

Kepada:
Yth. Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
Di Yogyakarta

Assalamualaikum wr.wb.

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka saya selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudara:

Nama : Krisma Narulita Putri
NIM : 181020500022
Judul Skripsi : Dukungan Sosial Melalui *Support Group* Bagi Orang Tua Siswa SLBN 2 Yogyakarta dalam Menghadapi Stres dan Hambatan Pendampingan Belajar di Masa Pandemi

Sudah dapat diajukan kepada Fakultas Dakwah Program Studi Ilmu Kesejahteraan Sosial UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam bidang ilmu sosial.

Dengan ini saya mengharap agar skripsi tersebut di atas dapat segera dimunaqosyahkan. Atas perhatiannya saya ucapkan terimakasih.

Yogyakarta, 2 Agustus 2022

Mengetahui
Ketua Program Studi
Ilmu Kesejahteraan Sosial

Siti Solechah, S.Sos.I.,M.Si
NIP 19830519 200912 2 002

Pembimbing

Asep Jahidin, S.Ag., M.Si
NIP 19750830 200604 1 002

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Krisma Narulita Putri

NIM : 18102050022

Jurusan : Ilmu Kesejahteraan Sosial

Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi saya yang berjudul: ***Dukungan Sosial Melalui Support Group bagi Orang Tua Siswa SLBN 2 Yogyakarta dalam Menghadapi Stres dan Hambatan Pendampingan Belajar di Masa Pandemi*** adalah hasil karya pribadi yang tidak mengandung plagiarisme dan tidak berisi materi yang dipublikasikan atau ditulis orang lain, kecuali bagian-bagian tertentu yang penyusun ambil sebagai acuan dengan tata cara yang dibenarkan secara ilmiah.

Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar, maka penyusun siap mempertanggungjawabkannya sesuai hukum yang berlaku.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Yogyakarta, 2 Agustus 2022

Krisma Narulita Putri
NIM. 18102050022

SURAT PERNYATAAN BERJILBAB

SURAT PERNYATAAN BERJILBAB

Yang bertanda tangan di bawah ini

Nama	: Krisma Narulita Putri
NIM	: 18102050022
Jurusan	: Ilmu Kesejahteraan Sosial
Fakultas	: Dakwah dan Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa foto yang akan dicantumkan dalam ijazah dan transkip nilai adalah foto berjilbab.

Demikian surat pernyataan ini saya buat, apabila terjadi kekeliruan terhadap ijazah dan transkip nilai, maka saya siap mempertanggungjawabkan sesuai dengan hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 2 Agustus 2022

Krisma Narulita Putri
NIM. 18102050022

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan mengucap syukur
Atas segala nikmat dan karunia yang telah Allah berikan
Karya ini saya persembahkan kepada

Almamater saya tercinta
Program Studi Ilmu Kesejahteraan Sosial
Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta

Ibu dan Ayah Tercinta, Kakak, dan Keluarga Besar saya

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

MOTTO

Maka sesungguhnya Aku dekat. Aku mengabulkan permohonan orang yang berdoa apabila ia memohon Kepada-Ku.

(Al-Baqarah : 186)

Bersungguh-sungguhlah dalam mencari apa yang bermanfaat bagimu, dan mohonlah pertolongan kepada Allah (dalam segala urusan), dan janganlah sekali-kali kamu bersikap lemah, dan jika kamu tertimpa suatu kegagalan, maka janganlah kamu mengatakan: "seandainya aku berbuat demikian, tentu tidak akan begini atau begitu," tetapi katakanlah," Ini telah ditentukan oleh Allah, dan Allah akan melakukan apa yang dikehendaki," karena kata seandainya itu akan membuka pintu perbuatan setan

(HR. Muslim)

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

KATA PENGANTAR

Allhamdulillah, puji syukur penulis panjatkan atas kehadirat Allah SWT, berkat rahmat dan karunianya, penulis mampu menyelesaikan tugas akhir skripsi ini. Sholawat serta salam selalu tercurah kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW.

Penulis menyadari dalam proses penyusun skripsi ini tidak akan cepat selesai, tanpa adanya bantuan dari banyak pihak. Baik berupa bimbingan, dukungan, motivasi, dan juga pengetahuan. Untuk itu dengan segala ketulusan hati, penulis mengucapkan banyak-banyak terimakasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Phil. Al- Makin, S.Ag., MA, Selaku Rektor Universitas Islam Negeri sunan Kalijaga Yogyakarta
2. Ibu Prof. Dr. Hj. Marhumah, M.Pd. Selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
3. Ibu Siti Solechah, S.Sos. I. M.Si. Selaku Ketua Program Studi Ilmu Kesejaheraan Sosial Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
4. Bapak Asep Jahidin, S.Ag,. M.Si. Selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang senantiasa meluangkan waktu, untuk membimbing, memberikan saran serta telah sabar membimbing saya hingga dapat menyelesaikan skripsi.
5. Bapak Zainudin, Selaku Dosen Pembimbing Akademik Saya yang senantiasa mengarahkan saya selama berada di bangku perkuliahan.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

6. Seluruh dosen Program Studi Ilmu Kesejahteraan Sosial yang telah membagikan pengetahuannya sebagai modal ilmu selama di perkuliahan.
7. Seluruh pihak dari SLBN 2 Yogyakarta, baik guru maupun Orang tua siswa yang telah bersedia memberikan informasi dan membantu peneliti menyelesaikan skripsi.
8. Segenap staff TU Fakultas Dakwah dan Komunikasi yang telah membantu selama menyelesaika proses administrasi skripsi.
9. Ibu, Ayah dan Kakak tercinta yang selalu memberikan dorongan semangat, doa, arahan, kasih sayang serta memfasilitasi seluruh kebutuhanku selama proses skripsi.
10. Inez dan Zaqi Abizal, teman yang telah bersedia membantu secara tenaga dan pikiran, mengarahkanku, mendengarkan keluh kesahku, menjadi teman diskusi yang baik, memberikan motivasi semangat, dan perhatian selama mengerjakan skripsi.
11. Monica, Jeje, dan Fia, teman pertamaku di IKS, yang selalu mendorong dan memberikan semangat.
12. Uli, Shabrina, dan Sintya, Teman berdiskusi dan mengekplorasi ide-ide baru.
13. Betarinda, Mila, dan Kamila Sahabatku yang senantiasa perhatian dan selalu memberikan semangat
14. Teman-teman Prodi Ilmu kesejahteraan Sosial angkatan 2018 yang tidak bisa kesebutkan satu persatu namanya.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Terimakasih atas bantuan, dukungan dan doa yang telah dipanjatkan. Penulis hanya dapat berdoa semoga amal baik yang telah diberikan mendapatkan balasan dari Allah SWT. Penulis juga menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, yang mana masih terdapat kekeurangan di skripsi ini. akan tetatpi Harapannya skripsi ini dapat beramanfaat bagi pembaca maupun peneliti selanjutnya dalam mengembangkan bidang keilmuan yang ada.

Yogyakarta, 17 juli 2022

Peneliti,

Krisma Narulita Putri
NIM. 18102050022

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DUKUNGAN SOSIAL MELALUI SUPPORT GROUP BAGI ORANG TUA SISWA SLBN 2 YOGYAKARTA DALAM MENGHADAPI STRES DAN HAMBATAN PENDAMPINGAN BELAJAR DI MASA PANDEMI

Krisma Narulita Putri
Program Studi Ilmu Kesejahteraan Sosial, Fakultas Dakwah dan Komunikasi,
Universitas Islam Negeri Sunan Kaliaga Yogyakarta

ABSTRAK

Pembelajaran yang dilakukan secara daring akibat penyebaran virus Covid-19. Memberikan dampak bagi orang tua dengan anak berkebutuhan khusus. Berbagai hambatan dan kendala dirasakan oleh orang tua khususnya ibu, sehingga hal tersebut memunculkan stres dan kelelahan akibat pendampingan belajar di masa pandemi. Kurang nya dukungan sosial terutama dari keluarga terhadap ibu mempengaruhi tingkat rensiliensi dalam menghadapi stres di masa pandemi ini. *Support group* yang di bentuk peneliti bertujuan untuk meningkatkan dukungan sosial terhadap para ibu dalam menghadapi pendampingan belajar pada anak berkebutuhan khusus. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah *action research*, dengan subyek orang tua siswa SLBN 2 Yogyakarta.

Hasil penelitian ini menunjukan bahwa melalui *support group* dapat meningkatkan dukungan sosial pada orang tua disabilitas dalam mengatasi stres dan kelelahan akibat hambatan yang dihadapi selama pendampingan pembelajaran daring. Dukungan sosial melalui *support group* dapat dideskripsikan melalui aspek dukungan sosial menurut Seraffino, yakni dukungan secara emosional yang didapat melalui ucapan verbal berupa kata-kata dorongan dan motivasi, dukungan informatif yang didapat dari pertukaran informasi antar anggota kelompok serta sesi psikoedukasi yang diperoleh dari pihak lain di luar kelompok, dan dukungan dari orang lain atau dukungan dari kelompok yang mana pada penelitian ini adalah *support group* yang dibentuk oleh peneliti.

Kata kunci : *Dukungan Sosial, Support group, Stres dan hambatan orang tua, Masa pandemi*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR ISI

SURAT PENGESAHAN SKRIPSI ..... **ii**
SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI ..... **iii**
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI ..... **iv**
SURAT PERNYATAAN BERJILBAB ..... **v**
HALAMAN PERSEMBAHAN ..... **vi**
MOTTO ..... **vii**
KATA PENGANTAR ..... **viii**
ABSTRAK ..... **xi**
DAFTAR ISI ..... **xii**
DAFTAR TABEL ..... **xiv**
BAB I PENDAHULUAN **1**
A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah 9
C. Tujuan dan Manfaat Penelitian 9
D. Kajian Pustaka 11
E. Kerangka Teori 15
1. Tinjauan Tentang Stres 15
2. Tinjauan tentang Dukungan Sosial 20
3. Tinjauan Tentang Kelompok Dukungan (*Support Groups*) 24
F. Metode Penelitian 28
1. Jenis Penelitian 28
2. Lokasi Penelitian 29
4. Subyek & Obyek Penelitian 30
5. Metode Pengumpulan Data 31
6. Teknik Analisis data 34
7. Uji Keabsahan 35
G. Sistematika Pembahasan 36

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB II GAMBARAN UMUM SLBN 2 YOGYAKARTA Error! Bookmark not defined.

A. Sejarah Singkat SLB 38

B. Visi, Misi dan Tujuan..... 39

C. Struktur Organisasi..... 42

BAB III PROSES *SUPPORT GROUP* DALAM MENINGKATKAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP TINGKAT STRES ORANG TUA DISABILITAS DI MASA PANDEMI..... 43

A. Urgensi *Support Group* dalam dukungan sosial 43

B. Sumber Dukungan Sosial..... 56

1. Sesi Pertama *Support Groups*..... 56
2. Sesi Kedua *Support Groups* 62
3. Sesi Ketiga *Support Groups* 68

C. Dukungan Sosial pada Orang Tua Siswa Disabilitas..... 71

BAB IV PENUTUP 78

A. Kesimpulan 78

B. Rekomendasi..... 80

DAFTAR PUSTAKA..... 83

LAMPIRAN..... 87

1. Pedoman Wawancara
2. Dokumentasi Kegiatan
3. Daftar Riwayat Hidup

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Perbandingan Stres Pengasuhan Pada Orang Tua Anak Berkebutuhan Khusus Berdasarkan Aspek Masalahnya 5

Tabel 2. Data Informan Orang Tua Siswa SLBN 2 Yogyakarta..... 30

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pertama kalinya virus *Covid-19* masuk ke Indonesia pada tanggal 2 Maret 2020. Kasus *Covid-19* yang melanda Indonesia membuat masyarakat resah, pasalnya penularan virus ini sangatlah cepat, banyak masyarakat yang terjangkit dan meninggal dunia akibat virus ini. Menurut Kemenkes tercatat per bulan juli tahun 2022 kasus *Covid-19* yang terkonfirmasi mencapai 6.069.255 dengan 156.695 kasus meninggal dunia. Kondisi ini seketika ditetapkan Presiden sebagai bencana Nasional. Sehingga pemerintah mulai menetapkan kebijakan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) atau *social distancing* sebagai upaya percepatan penanganan virus *Covid-19*.

Adanya kebijakan tersebut menyebabkan penurunan aktivitas yang mempengaruhi kondisi sosial dan ekonomi masyarakat. Tidak hanya itu dunia pendidikan juga terkena imbas dari adanya kasus penyebaran virus ini. lembaga pendidikan seperti sekolah dan universitas untuk sementara waktu tidak diperbolehkan melakukan kegiatan pembelajaran tatap muka. Sehingga hal ini memicu kreativitas individu maupun tenaga pendidik untuk bisa memanfaatkan teknologi dalam meningkatkan mutu pendidikan dimasa pandemi. Kemendikbud mengeluarkan SE Nomor 4 Tahun 2020 tentang pelaksanaan pendidikan dalam masa darurat Covid-19. Hal ini dilakukan sebagai upaya tanggap darurat penyebaran virus. Melalui surat edaran tersebut semua kegiatan pembelajaran di Indonesia diwajibkan menggunakan media *online*.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Pembelajaran secara daring dapat menjadi alternatif solusi bagi siswa untuk tetap melaksanakan pendidikan di masa penyebaran virus *Covid-19*. Dalam kondisi ini guru dapat menerapkan metode pembelajaran secara *sinkronus* dan *asinkronus* pada siswa melalui media *online*. Namun proses pembelajaran secara *online* tidak berjalan dengan begitu mudah, pemanfaatan media internet untuk proses pembelajaran memiliki tantangan tersendiri. Kemendikbud mengungkapkan hanya sekitar 51% pembelajaran daring dapat berjalan secara efektif menggunakan internet, sisanya melakukan pembelajaran dengan memanfaatkan internet dan penugasan manual. Hal ini dikarenakan keterbatasan akses dari tiap daerah yang tidak memungkinkan siswa melakukan pembelajaran secara daring.

Dalam mencapai efektivitas pembelajaran juga dibutuhkan keterlibatan dan kerjasama dari berbagai pihak seperti guru, siswa, serta peran aktif orang tua untuk membantu proses pembelajaran anak. Studi eksploratif yang dilakukan Purwanto pada tahun 2020, mengenai dampak *Covid-19* terhadap pembelajaran menyatakan bahwa orang tua memiliki peran penting dalam menjaga dan mendampingi anak mereka selama proses pembelajaran jarak jauh. Akibatnya orang tua mendapat peran tambah sebagai seorang pendidik dan pendamping yang secara utuh memfasilitasi dan mengarahkan anak saat melaksanakan pembelajaran daring.[1] Sehingga dapat dijelaskan melalui studi yang dilakukan oleh Susilowati dan Azzasyofia pada tahun 2020, yang

[1]Agus Purwanto, dkk., "Studi Eksploratif Dampak Pandemi COVID-19 Terhadap Proses Pembelajaran Online Di Sekolah Dasar," *EduPsyCouns: Journal of Education, Psychology and Counseling* 2, no. 1 (April , 2020), hlm. 8.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

mengungkapkan bahwa sebanyak 75,34% ibu mengalami kondisi stres sedang dan 10,31% ibu mengalami kondisi stres tinggi selama mendampingi proses pembelajaran anak dari rumah.[2]

Banyak faktor yang mampu memicu tingkat stres pada orang tua. Salah satunya dapat disebabkan karena memiliki anak bekebutuhan khusus, orang tua dengan anak berkebutuhan khusus mengalami tekanan psikologis yang lebih besar dalam mengasuh anak.[3] Anak berkebutuhan khusus merupakan anak dengan karakteristik yang berbeda dengan anak yang berkembang sesuai usianya (*typically developing children*), hal ini dapat dilihat pada aspek, fisik, psikologis, kognitif dan sosial.[4] Beberapa jenis kekhususan perkembangan tersebut seperti anak yang memiliki kelainan fisik, retardasi mental, gangguan bicara, dan gangguan emosi. Anak berkebutuhan khusus mengalami hambatan pada proses perkembangannya sehingga secara pendidikan memerlukan layanan yang lebih spesifik dan berbeda dengan anak pada umumnya. Khusus nya dimasa pandemi *Covid-19* ini, pembelajaran pada anak berkebutuhan khusus dinilai tidak efektif karena banyak mengalami kendala.

Dalam membantu anak berkebutuhan khusus untuk mencapai efektivitas pembelajaran selama proses pandemi ini, keterlibatan orang tua

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[2]Ellya Susilowati and Mira Azzasyofia, "The Parents Stress Level in Facing Children Study From Home in the Early of COVID-19 Pandemic in Indonesia," *International Journal of Science and Society* 2, no. 3 (Juli, 2020), hlm. 10.

[3] Kiki Ayu Andika, "Hubungan Self Efficacy Dan Hardiness Dengan Stres Pengasuhan Pada Ibu Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus", Skrispsi (Surakata : Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2012), hlm. 67.

[4] Dinie Ratri Desiningrum, *Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus*, (Yogyakarta : Psikosain, 2016), hlm. 2.

sangatlah diperlukan. Hal ini dikarenakan anak berkebutuhan khusus secara umum memiliki kemampuan kognitif yang lebih rendah dari anak pada umumnya. Kondisi biologis dan psikologis yang berbeda membuat anak berkebutuhan khusus memerlukan perhatian dari orang tua. Dalam penerapannya tak jarang orang tua mengalami stres dan ketegangan dalam hal pengasuhan. Fezi, dkk pada tahun 2014 dalam penelitiannya terhadap 285 responden mencatat bahwa 52,28% anak berkebutuhan khusus mengalami gangguan fisik, 22,46% mengalami gangguan mental sensorik-motorik, dan 25,26% mengalami gangguan fisik kronis. Hampir 62% dari anak berkebutuhan khusus merupakan anak pertama.Penilaian skor stres pengasuhan pada orang tua dari anak penyandang disabilitas menunjukan hasil bahwa orang tua dari anak dengan masalah mental sensorik-motorik, dan masalah fisik kronis mengalami lebih banyak stress daripada orang tua yang memiliki anak dengan masalah psikologis.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Tabel 1. Perbandingan Stres Pengasuhan Pada Orang Tua Anak Berkebutuhan Khusus Berdasarkan Aspek Masalahnya

Stress The kind of problem	Total score of parental stress			Different aspects of parental stress					
	Number (Percent)	Mean (Standard deviation)	*P** value	Mean of PD (Standard deviation)	*P** value	Mean of PCD (Standard deviation)	*P** value	Mean of DC (Standard deviation)	*P** value
Sensory-motor mental	64 (22.46)	111.78 (10.69)	*P* = 0.005	36.48 (9.5)	*P* = 0.018	37.53 (9.6)	*P* = 0.005	37.76 (12.23)	*P* = 0.58
Psychological	149 (52.28)	107.25 (10.18)		33.94 (6.04)		34.82 (5.9)		38.48 (6.92)	
Chronic physical	72 (25.26)	113.65 (12.14)		36.5 (8.42)		39.97 (8.35)		37.15 (9.65)	

**P* values are related to comparing the mean score of total stress and different aspects of parental stress among three main groups; DC = difficult child; PCD = parent-child dysfunctional interaction; PD = parental distress; SD = standard deviation

Sumber : Fezi A dkk. 2014. *Parenting Stress Among Of Children With Different Physical Mental, and Pshychological Problems. National center for biotechnology Information, Vol 19(2) :145-152*

Mengasuh anak berkebutuhan khusus memang bukan perkara yang mudah. Terutama dimasa pandemi ini, orang tua harus terlibat langsung dan lebih dekat pada anak untuk melangsungkan pendidikan dirumah. Namun keterbatasan yang dialami anak baik secara fisik maupun psikis memicu berbagai kendala yang dihadapi oleh orang tua. Seperti yang dialami oleh orang tua siswa disabilitas di SLBN 2 Yogyakarta. Menurut hasil wawancara dengan guru disekolah tersebut, selama pandemi lebih banyak orang tua yang mengalami kendala daripada anak, mereka mengeluh merasa kewalahan saat mendampingi anak. Hal ini disebabakan oleh kondisi, yang mana di masa pandemi orang tua harus berbagai peran dalam mendampingi belajar anak dan mencukupi kebutuhan keluarga.

Orang tua siswa disabilitas terkendala waktu untuk mendampingi anak, sehingga sering kali anak tidak dapat mengikuti kelas online melalui media *zoom* karena orang tua tidak bisa mendampingi. Kondisi perekonomian keluarga yang rendah membuat mereka merasa terbebani apabila harus membeli *smartphone* dan kuota internet sebagai fasilitas penunjang proses pembelajaran. Keterbatasan pengetahuan orang tua dalam menjelaskan

kembali materi yang telah disampaikan guru ke anak juga menjadi kendala yang sering kali dirasakan orang tua selama pendampingan. Terlebih lagi kondisi *mood* atau suasana hati anak berkebutuhan khusus yang tidak stabil membuat orang tua merasa kesulitan dalam mengontrol dan melakukan proses pembelajaran. Orang tua juga merasa kesulitan untuk bisa berdamai dengan anak-anaknya, karena orang tua tidak hanya menghadapi anak berkebutuhan khusus saja namun juga ada anak lain yang memerlukan pendampingan.

Selain itu kurangnya dukungan anggota keluarga dalam membantu mendampingi anak berkebutuhan khusus juga menjadi salah satu faktor yang dapat memicu stress. Hal ini dapat dilihat pada struktur orang tua utuh dengan anak tunggal dan orang tua tunggal (*single mother*) dengan anak tunggal yang mengungkapkan merasa lebih terbebani dengan adanya kebijakan pembelajaran jarak jauh, karena tidak memiliki dukungan yang cukup secara emosional dan instrumental untuk membantu mereka mengurus anak berkebutuhan khusus. Berbeda hal nya orang tua utuh dengan anak lebih dari satu, mereka dapat beradaptasi dengan kondisi karena dapat berbagi peran dengan anggota keluarga yang lain dalam mendampingi anak berkebutuhan khusus.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Melihat kondisi tersebut orang tua tunggal (*single mother*) dan orang tua utuh dengan anak tunggal lebih mudah merasa stres akibat kendala yang dirasa. Stres merupakan penyesuaian kembali individu dengan situasi dan kondisi baru, setiap kali perubahan terjadi dalam hidup, individu akan

dihadapkan dengan stres.[5] Terjadinya pandemi yang menyebabkan banyak perubahan di berbagai aspek kehidupan terutama dalam proses pendampingan dan pengasuhan, sering kali memicu *parental burnout* atau kelelahan pengasuhan, terutama pada orang tua dengan anak berkebutuhan khusus. Memiliki anak dengan kondisi berkebutuhan khusus memang sangat begitu mempengaruhi ibu, ayah, dan semua anggota keluarga dengan cara yang bervariasi. Rentang dan dinamika emosi yang terjadi juga bermacam-macam. Di masa pandemi ini orang tua dengan anak berkebutuhan khusus menghadapi dinamika psikologis dan berbagai tuntutan eksternal.[6]

Menurut penelitian, faktor yang mempengaruhi tingkat stres dan kelelahan pada orang tua adalah tuntutan yang dialami orang tua yang tidak diimbangi oleh ketersedian sumber daya untuk memenuhi tuntutan tersebut.[7] Dalam kasus ini ialah kurangnya dukungan sosial yang diberikan pada orang tua siswa disabilitas pada saat menghadapi tuntutan pemenuhan kebutuhan dan pendampingan dimasa pandemi, terutama dukungan dari keluarganya. Dukungan sosial merupakan suatu hal yang merujuk pada kenyamanan, kepedulian, perhatian, kasih sayang dan pertolongan yang diberikan kepada seseorang, biasanya berasal dari pasangan, keluarga, maupun suatu kelompok. Adanya dukungan sosial ini dapat mencegah kecemasan, meningkatkan harga

[5] Lina Nur Hidayati and Mugi Harsono, "Tinjauan Literatur Mengenai Stres Dalam Organisasi," *Jurnal Ilmu Manajemen* 18, no. 1 (Maret, 2021), hlm. 25.

[6] Balqis Laras Pertiwi and Gunarti Dwi Lestari, "Implementasi Program Parenting Support Group (Psg) Dalam Mengembangkan Motorik Anak Berkebutuhan Khusus Di Paud Inklusi Esya Sidoarjo," *JPUS: Jurnal Pendidikan Untuk Semua* 4, no. 4 (Desember, 2020), hlm. 1–9.

[7] Annette K. Griffith, "Parental Burnout and Child Maltreatment During the COVID-19 Pandemic," *Journal of Family Violence*, (June 23, 2020), hlm.10.

diri, dan mencegah gangguan psikologis serta mengurangi stress pada orangtua.[8] Dukungan sosial memiliki peranan penting dalam membangun resiliensi orang tua dengan anak berkebutuhan khusus agar dapat mengatasi hambatannya.

Dukungan sosial juga dapat diperoleh melalui *Support group* atau biasa disebut dengan kelompok dukungan. *Support group* merupakan salah satu metode terapi kelompok yang dilakukan dengan menggunakan kelompok sebaya dengan problem yang relatif sama. Didalam kelompok setiap anggota diberikan kesempatan yang sama untuk berbagi informasi terkait permasalahan yang dialami serta solusi yang perlu dilakukan. Tujuan utama dari adanya kelompok ini adalah tercapainya kemampuan coping yang efektif terhadap masalah yang sedang dihadapi. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan *support group* sebagai upaya dalam merespon permasalahan terkait hambatan orang tua serta ingin mengetahui peran *support group* dalam memberikan dan meningkatkan dukungan sosial bagi orang tua siswa yang mengalami stress akibat hambatan dimasa pandemi. Selain itu belum ada intervensi khusus untuk mengatasi keluhan orang tua siswa disabilitas terkait hambatan belajar melalui *support group*. sehingga program ini dapat dikatakan sebagai kegiatan baru bagi orang tua siswa. Metode *support group* ini di harapkan para anggota dapat aktif untuk saling membantu dan memberikan

[8] Rada Tri Rosi Kurnia, Asri Mutiara Putri, And Dita Fitriani, "Dukungan Sosial Dan Tingkat Stres Orang Tua Yang Memiliki Anak Retardasi Mental," *Jurnal Psikologi Malahayati*, Volume 1, No. 2 (September, 2019), hlm. 28–34.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

dukungan kepada orang tua siswa disabilitas yang mengalami hambatan pendampingan.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan maka peneliti merumuskan topik utama dalam pembahasan penelitian ini dengan rumusan masalah yaitu bagaimana proses support group dalam meningkatkan dukungan sosial terhadap orang tua siswa SLBN 2 Yogyakarta dalam menangani stress dan hambatan pendampingan belajar di masa pandemi?

C. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, penelitian ini bertujuan untuk mendiskripsikan proses *support group* dalam meningkatkan dukungan sosial terhadap orang tua siswa disabilitas dalam menghadapi hambatan dan stress pendampingan di masa pandemi.

2. Manfaat Penelitian

Berdasarkan permasalahan yang akan diteliti, maka penelitian ini diharapkan mampu memberikan manfaat :

a. Manfaat secara teoritis

Untuk menambah informasi mengenai *support group* dan dapat dijadikan dasar atau referensi bagi peneliti selanjutnya dalam memantapkan dan menguatkan informasi untuk penelitiannya. Untuk mengembangkan konsep terkait *support group* yang digunakan untuk meningkatkan dukungan sosial

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

dalam mengatasi stres dan hambatan pada orang tua siswa disabilitas. Serta memberikan pengetahuan kepada mahasiswa kesejahteraan sosial terkait peran *support group* dalam meningkatkan dukungan sosial untuk mengatasi stres dan hambatan pada orang tua siswa disabilitas

b. Manfaat secara praktis

1) Bagi Masyarakat

Memberikan informasi yang dapat mengedukasi masyarakat terutama pada keluarga yang memiliki anak dengan kebutuhan khusus, untuk dapat bekerja sama mendidik dan memberikan dukungan pada anak-anaknya yang memiliki keterbatasan.

2) Bagi Peneliti

Penelitian yang dilakukan ini diharapkan mampu memberikan informasi terkait manfaat dukungan kelompok pada peneliti selanjutnya. Selain itu sebagai bentuk sumbangan data dan informasi untuk lembaga terkait yang diharapkan dapat dijadikan bahan untuk mengkaji dan menganalisa bagaimana pengaruh dukungan kelompok dalam membantu orang tua saat menghadapi stress. Dan untuk mengembangkan konsep terkait dukungan kelompok dalam membantu hambatan orang tua siswa disabilitas.

3) Bagi Lembaga/ Instansi Pemerintah

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Sebagai bentuk sumbangan data dan informasi untuk lembaga terkait, sehingga dapat dijadikan sebagai pertimbangan dalam mengambil langkah penanganan berupa kebijakan atau sistem pembelajaran pada anak berkebutuhan khusus di masa pandemi *Covid-19*

D. Kajian Pustaka

Peneliti mengkaji beberapa penelitian terdahulu yang memiliki tema berkaitan dengan penelitian yang akan dilaksanakan. hal ini dilakukan untuk lebih memperkaya teori agar dapat digunakan dalam mengkaji penelitian dan mengetahui perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian yang akan dilakukan. Peneliti menemukan beberapa penelitian serupa, namun dengan perbedaan sebagai berikut :

Pertama, penelitian Heni Listyanti dan Ristia Wahyuningsih, Institute Agama Islam Negeri Surakarta, dengan judul "Manajemen Stress Orangtua dalam Pendampingan Pembelajaran Daring" tahun 2020.[9] Penelitian ini menggunakan metode kualitatif yang data nya diambil dari pengalaman subyek yaitu seorang ibu yang mengalami stres selama mendampingi anak belajar dimasa pandemi.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[9]Heni Listyanti and Ristia Wahyuningsih, "Manajemen Stres Orangtua Dalam Pendampingan Pembelajaran Daring," *Literasi : Jurnal Kajian Keislaman Multi-Perspektif*, Vol.1 :1,(January 4, 2021).

Penelitian ini mendapat hasil yang menjelaskan bahwa orang tua yang mengalami stres pendampingan belajar di masa pandemi dapat mengolah stres melalui manajemen stress dengan cara istirahat, membagai waktu pendampingan antara ayah dan ibu, serta bercerita kepada orang terdekat. Dalam penelitiannya ini tidak terdapat kesamaan subyek maupun obyek dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti. Karena obyek dari penelitian ini adalah manajemen stres dalam pendampingan belajar daring, sedangkan subyenya ialah orang tua siswa di sekolah formal.

Kedua, penelitian Adina Riska Anindita, Studi Kesejahteraan Sosial Fisip Universitas Padjajaran, dengan judul " Pelaksanaaan *Support Group* pada Orangtua Anak dengan *Cerebral Pasly* " pada tahun 2019.[10] Metode penelitian ini menggunakan studi literatur. Pembahasan hasil dari penelitian ini menjelaskan mengenai kondisi anak dengan *cerebral pasly* yaitu kerusakan otak pada anak saat masih dalam kandungan atau saat dilahirkan.

Penelitian ini juga menjelaskan bahwa melalui *support group* orang tua dengan anak *cerebral pasly* memiliki wadah dalam mendapatkan dukungan sosial, sehingga kebutuhan orang tua akan dukungan terpenuhi dengan baik yang kemudian memicu orang tua untuk melaksanakan perannya. Dengan demikian anak dengan *cerebral pasly* bisa mengalami perkembangan dengan baik. karena peran keluarga terutama orang tua terlaksana secara maksimal. Dalam penelitian ini terdapat kesamaan obyek penelitian yakni

[10]Adina Riska Anindita and Nurliana Cipta Apsari, "Pelaksanaan Support Group Pada Orangtua Anak Dengan Cerebral Palsy," *Focus : Jurnal Pekerjaan Sosial*, vol 2 : 2 (2019).

support group dalam meningkatkan dukungan sosial pada orang tua dengan anak berkebutuhan khusus. Akan tetapi terdapat perbedaan subyek penelitian, yang mana pada penelitian ini subyeknya merupakan orang tua dengan anak *cerebral pasly*.

Ketiga, penelitian Afra Afifah, Studi Ilmu Kesejahteraan Sosial, Universitas Indonesia, dengan judul "Peran *Support Group* dalam Mendorong Motivasi Belajar Remaja" pada tahun 2013. [11] Metode pada penelitian ini menggunakan pendekatan analisis data kualitatif, melalui penelitian *action research* atau penelitian tindakan, yaitu peneliti mendiskripsikan situasi sosial yang terjadi dengan memberikan "alat" untuk mengatasi situasi dan memberikan solusi agar dapat tercapai perubahan pada partisipan.

Hasilnya menjelaskan bahwa terdapat 3 tahap dalam penelitian *look, think,* dan *act.* Ditahap *look* (melihat) peneliti menemukan gambaran mengenai motivasi belajar siswa-siswi kelas XII SMA rendah. Kemudian di tahap *think* (berfikir) peneliti menemukan kesimpulan bahwa motivasi belajar siswa/i yang rendah disebabkan kurangnya dukungan bagi siswa/i baik dari keluarga, sekolah dan teman sebaya. Lalu pada tahap *act* (aksi) peneliti melihat pontensi pada teman sebaya yang kemudian menyusun rencana aksi dengan membuat kelompok dukungan atau *support group.* dan menurut penelitian ini *support group* yang diterapkan pada siswa-siswi SMA mampu memberikan dampak terhadap motivasi belajar siswa meskipun dampak nya

[11] Afra Afifah, "Peran Support Group Dalam Mendorong Motivasi Belajar Remaja Action Research Pada Pelajar SMA ", Skripsi (Jakarta: Jurusan IKS Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Indonesia, 2013).

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

belum terlihat secara signifikan. Dalam penelitian ini terdapat kesamaan pada variable bebas nya yakni menggunakan *Support group* , namun berbeda variable terikat nya yakni motivasi belajar remaja.

Keempat, penelitian Lashienta Lutvitasari dengan Judul "Intervensi Kelompok melalui Program Support Group untuk Penanganan dan Pencegahan Kasus Kekerasan terhadap Perempuan di Rifka Anissa WCC Yogykarta Tahun 2014- 2016".[12] Metode yang digunakan pada penelitian ini merupakan pendekatan kualitatif deskriptif, dengan subyek pendamping atau konselor di lembaga Rifka Annisa.

Hasil dari penelitian ini menjelaskan dalam menangani kasus kekerasan terhadap perempuan, lembaga Rifka Annisa melakukan intervensi kelompok melalui program *support group*. Program ini dilakukan untuk memberikan penyembuhan secara psikologis terhadap para peserta dan memiliki tujuan untuk memunculkan *agent of change* dilingkungan sekitar anggota termasuk pada diri mereka sendiri. *Support group* yang dilaksanakan juga memiliki banyak kegiatan, yang berupa dibentuknya kelompok pendidik, kelompok pemecah masalah atau *problem solver*, kelompok pembuat keputusan, serta kelompok sosialisasi dan penyembuhan.

Seluruh kegiatan berjalan berdasarkan keputusan dan kesepakatan bersama antar anggota sehingga anggota memiliki tingkat partisipasi yang cukup baik saat mengikuti program *support group* ini. Dalam penelitian ini

[12]Lashienta Lutvitasari, "Intervensi Kelompok Melalui Program Suppoert Group Untuk Penanganan Dan Pencegahan Kasus Kekerasan Terhadap Perempuan Di Rifka Annisa WCC Yogyakarta Tahun 2014-2016," Skripsi (Yogyakarta: Jurusan IKS Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga,2016).

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

terdapat kesamaan pada obyek nya yakni intervensi kelompok *support group*, namun terdapat perbedaan pada subyek nya yang merupakan perempuan yang mengalami kekerasan.

Berdasarkan penelitian tersebut peneliti ingin memperjelas bahwa penelitian yang akan dilakukan ialah mengenai *support group* bagi orangtua siswa disabilitas yang mengalami stres dalam menghadapi pendampingan belajar anak selama pandemi di SLB Negeri 2 Yogyakarta. Untuk itu dapat terlihat bahwa tidak ada kesamaan baik Subyek maupun tempat penelitian oleh para peneliti sebelumnya.

E. Kerangka Teori

1. Tinjauan Tentang Stres

a. Definisi Stres

Weinberg dan Gould (2003) mengungkapkan stres sebagai adanya ketidakseimbangan antara tuntutan (fisik dan psikis) dan kemampuan untuk memenuhinya.[13] Lalu menurut Behnoudi (2005) menjelaskan stres merupakan situasi individu yang tidak mampu menerima ketegangan mental akibat adanya kondisi yang memaksanya untuk melakukan suatu tindakan. Stres merupakan suatu respon dari suatu individu untu dapat beradaptasi terhadap kondisi dan perubahan dalam hidup.[14] Sedangkan menurut Clonninger (2009) stres adalah keadaan dimana seseorang

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[13]Moh Muslim, "Manajemen Stress Pada Masa Pandemi Covid-19," *ESENSI: Jurnal Manajemen Bisnis* 23, no. 2 (Agustus, 2020), hlm. 192–201.

[14]Lina Nur Hidayati and Mugi Harsono, "Tinjauan Literatur Mengenai Stres Dalam Organisasi," *Jurnal Ilmu Manajemen* 18, no. 1 (Maret, 2021), hlm. 20–30.

mendapatkan permasalahan namun belum menemukan *problem solving* untuk mengatasi masalahnya sehingga menyebabkan tekanan yang mampu menganggu keberfungsia sosial individu.[15]

Sehingga dapat dijelaskan bahwa stress merupakan reaksi inidividu karena adanya suatu tekanan atau tuntutan yang menyebabkan seseorang mengalami permasalahan baik secara psikis maupun fisik. Stress dapat dirasakan karena berbagai faktor seperti lingkungan keluarga, lingkungan sosial, kurang adanya dukungan, dan lain sebagainnya.

b. Aspek yang mempengaruhi stress

Menurut Tedeschi dan Chalhoun (1996, 2004) menyebutkan bahwa pertumbuhan stress dapat meliputi 3 dimensi, yaitu :

- Persepsi terhadap perubahan diri

  Dimensi ini meliputi peningkatan presepsi yang kaitan dengan kekuatan, ketangguhan, daya tahan, keberanian,dll.

- Perubahan kualitas relasi sosial

  Ditandai dengan adanya peningkatan kualitas secara interpersonal, keterlibatan, dalam aktifitas social serta kemauan untuk memahami orang lain.

- Perubahan spiritual dan filosofi hidup

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[15]Putri Maysa and Ummil Khairiyah, "Hardiness dan Stres Pengsuhan pada Ibu dengan Anak Berkebutuhan Khusus," *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)* 10, no. 1 (Juli, 2019), hlm. 88–101.

Perubahan ini ditandai dengan meningkatnya suatu kebermaknaan dalam hidup individu, penilaian yang lebih positif dalam menjalani kehidupan serta meningkatknya kualitas hubungan dengan tuhan.[16]

c. Faktor yang Mempengaruhi Stres

Faktor yang meyebabkan seseorang mengalami stress biasanya disebut dengan stressor, dan dibedakan menjadi tiga macam, yaitu:

- *Stressor Fisikobiologis*, yaitu penyebab stress yang disebabkan karena penyakit yang sulit disembuhkan, seperti cacat fisik dan hal yang berkaitan dengan presepsi tubuh yang kurang ideal.
- *Stressor Psikologis*, disebabkan oleh faktor psikis seperti berburuk sangka, frustasi karena gagal dalam mencapai sesuatu, adanya konflik batin maupun pribadi, maupun adanya keinginan diluar kemampuan yang dimiliki.
- *Stressor Sosial*, disebabkan oleh lingkungan sekitar individu. Seperti relasi keluarga yang tidak harmonis, terjadinya perceraian, akibat PHK , adanya tekanan dari luar, akibat dari kriminalitas, dll.[17]

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[16] Calhoun L. G., and R. G. Tedeschi, “The Foundations of Post-Traumatic Growth: New Considerations", Psychological Inquiry, Vol. 15 : 1 (2004), hlm. 93-102.

[17] Muhammad Rizqi Fahriza and Lutfiana Ulfa, “Faktor Penyebab Stress Dan Dampak Bagi Kesehatan” (OSF Preprints, Juli , 2019),hlm.20.

Individu yang mengalami stress dapat terlihat dari berbagai gejala-gejala yang muncul. Gejala tersebut dapat dikenali dari kondisi fisik maupun psikis.

Gejala fisik yang muncul pada seseorang yang sedang mengalami stress dapat berupa :

- Detak jantung yang berdebar sangat cepat;
- Sulit bernafasan, nafas terasa pendek dan terasa sangat cepat
- Mengalami gangguan pencernaan seperti diare, sembelit dan perut kembung;
- Mengalami tegang otot secara keseluruhan
- Merasa gelisah, yang dapat diamati melalui perilaku hiperaktif, mengentok jari, memainkan kaki, meremas-remas tangan.
- Mudah merasa lelah, sakit kepala, dan mengalami insomnia

Sedangkan gejala stres yang muncul dapat juga dilihat dari kondisi fisik seseorang tersebut, seperti :

- Distress, merasa cemas, kecewa, menangis, rendah diri, merasa cepat putus asa dan tanpa daya, histeris, menarik diri, gelisah, depresi;
- Cenderung lebih sensitif, mudah marah, dan agresif;
- Mudah bosan, frustasi, dan merasa terabaikan;

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

- Aktifitas menjadi tidak produktif dan berantakan,.

Stres dapat menyerang siapapun, baik anak-anak, orang dewasa, lansia maupun orang tua dapat juga mengalami stress, karena stress merupakan hasil interaksi dinamis antara individu dengan lingkungan sekitarnya. Stres merupakan hal yang wajar, karena setiap orang juga dapat merasakan stres. Manusia membutuhkan stres untuk dapat meningkatkan kemampuan adaptasi dengan perubahan kondisi yang terjadi secara kesinambungan dalam hidup.

d. Stres pada Orang Tua

Seperti yang telah dijelaskan sebelumnya bahwa stress dapat menyerang siapupun, termasuk pada orangtua. Dalam menjalankan fungsi serta peran nya banyak orang tua yang mengalami stress, hal ini dipicu oleh banyak faktor salah satunya mengenai tugas sehari-hari mereka dan peran mereka dalam mengasuh anak. bagi sebagaian orang tua stress semacam ini hanya bersifat sementara dan tidak begitu berdampak signifikan terhadap kehidupan mereka. namun stres terkait pengasuhan dapat meningkat dan membuat orang tua mengalami kelelahan pengasuhan atau biasa disebut dengan *parental burnout*, yaitu respon berkepanjangan terhadap stress orang tua yang kronis dan berlebihan.[18]

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[18] Annette K. Griffith, "Parental Burnout and Child Maltreatment During the COVID-19 Pandemic," *Journal of Family Violence*, (Juni, 2020), hlm. 2.

Menurut penelitian faktor yang mempengaruhi tingkat stress dan kelelahan pada orang tua adalah tuntutan yang dialami orang tua yang tidak diimbangi oleh ketersedian sumber daya untuk memenuhi tuntutan tersebut.[19] Selain itu apabila disangkutkan dengan kondisi pandemi sekarang, tingkat stres orang tua juga di pengaruhi oleh faktor finansial orang tua dan rendahnya tingkat dukungan sosial bagi dari keluarga dan teman. Dukungan sosial bagi kesejahteraan orang tua juga merupakan aspek penting, untuk meningkatkan motivasi diri dalam mengurangi tingkat stress pada orangtua.

2. Tinjauan tentang Dukungan Sosial

a. Definisi Dukungan Sosial

Sarafino (2011) menjelaskan bahwa dukungan sosial ialah adanya keberadaan seseorang yang dapat di andalkan untuk memberikan bantuan, perhatian, kenyamanan terhadap individu untuk lebih meningkatkan keberfungsian nya. Seseorang tersebut dapat berasal dari keluarga maupun kelompok.[20] Dukungan sosial juga dapat definisikan sebagai perasaan bahagia atas bantuan yang telah diberikan, dari relasi formal maupun informal yang berasal dari

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[19] *Ibid* .

[20] Edward P. Sarafino and Timothy W. Smith, *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions* (John Wiley & Sons, 2014).

orang lain maupun kelompok.[21] Dukungan sosial meliputi pemberian semangat dan perhatian dari orang-orang sekitar seperti anggota keluarga khususnya pasangan, teman, komunitas dan masyarakat sekitar.

Dukungan sosial yang berasal dari keluarga merupakan hal yang sangat penting. melalui dukungan keluarga setiap anggota keluarga dapat saling meningkatkan kesejahteraan dirinya, karena keluarga merupakan *support sistem* terpenting untuk memelihara keberfungsian diri yang dapat diolah melalui dukungan yang diberikan tiap anggotanya. Adanya dukungan sosial ini membuat seseorang tidak mudah mengalami kecemasan. Dukungan sosial juga mampu meningkatkan harga diri, dan mencegah gangguan psikologis serta mengurangi stress pada orangtua.[22]

b. Aspek – Aspek Dukungan Sosial

Terdapat empat aspek dalam dukungan sosial yang diungkapkan oleh Sarafino & Smith (2011). Aspek –aspek tersebut meliputi :

- *Emotional or esteem support,* dukungan sosial yang diwujudkan dalam bentuk rasa empati, kepedulian, perhatian, dan adanya

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[21]Woro Kusrini and Nanik Prihartanti, "Hubungan Dukungan Sosial Dan Kepercayaan Diri Dengan Prestasi Bahasa Inggris Siswa Kelas Viii Smp Negeri 6 Boyolali," *Jurnal Penelitian Humaniora* 15, no. 2 (August 1, 2014): 131–40.

[22]Rada Tri Rosi Kurnia, Asri Mutiara Putri, and Dita Fitriani, "Dukungan Sosial Dan Tingkat Stres Orang Tua Yang Memiliki Anak Retardasi Mental," *Jurnal Psikologi Malahayati*, Volume 1, No. 2 (September 2019): 28–34.

dorongan positif yang diberika untuk meningkatkan resiliensi seseorang dalam menghadapi suatu permasalahan.

- *Tangible or instrumental support* , bentuk dukungan sosial yang diwujudkan melalui pemberian bantuan secara langsung. Hal ini lebih menekankan bantuan tenaga yang ditujukan untuk menolong seseorang.
- *Informational support*, dukungan sosial dalam aspek ini mengacu pada pertukaran informasi atau pengetahuan yang didapatkan melalui orang lain ataupun kelompok. selain itu juga dapat berupa respon positif, nasihat, arahan dan saran yang membantu seseorang dalam mengatasi permasalahannya.
- *Companionship support*, dukungan sosial dalam aspek ini lebih merujuk pada adanya ketersediaan waktu seseorang untuk menjadi tempat berkeluh kesah, dan dukungan pada aspek ini dapat didapatkan seseorang dengan bergabung dalam suatu grup yang memiliki minat ataupun permasalahan yang relatif sama.

Selain itu Sarafino juga menjelaskan bahwa tidak semua orang mendapat dukungan penuh dari lingkungan sekitarnya. Ada tiga faktor yang mempengaruhi seseorang dalam mendapatkan dukungan sosial, yaitu :

- *Recipients* (Penerima Dukungan)

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Dukungan sosial akan muncul apabila terdapat hubungan timbal balik antar individu dan lingkungan sekitarnya. Sehingga memang individu juga harus memiliki proses sosialisasi yang baik. karena apabila individu sering kali membantu orang lain, terbuka dengan orang lain terkait permasalahannya, dan baik terhadap ingkungannya maka dukungan sosial akan muncul dengan sendirinya. Namun apabila sebaliknya individu akan susah untuk mendapatkan dukungan sosial.

- *Providers* (Penyedia Dukungan)

  Ketersedian dukungan sosial dipengaruhi oleh kondisi orang-orang terdekat disekitar individu. *Providers* yang dimaksud ialah orang terdekat yang diharapkan mampu memberikan dukungan dan menjadi sumber pendukung yang baik, bisa berupa pasangan, keluarga maupun teman dekat. Namun apabila seseorang tidak mendapatkan dukungan sosial yang baik sesuai dengan yang diharapkan. Maka hal ini dapat saja terjadi karena orang yang diharapkan dapat menjadi sumber pendukung yang baik, juga sedang mengalami kondisi sulit seperti stres, ataupun juga sedang dalam kondisi sulit, sehingga mereka tidak menyadari bahwa ada seseorang yang sedang membutuhkan dukungan darinya.

- Komposisi dan Struktur Jaringan Sosial

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Dalam konteks ini ialah relasi individu terhadap keluarga maupun orang terdekat di sekitar lingkungannya. Relasi ini dapat dilihat melalui ukuran, berapa banyak jumlah orang yang sering berhubungan dengan individu tersebut. Frekuensi hubungan, yakni seberapa sering individu bertemu dengan orang-orang tersebut. Komposisi, status orang-orang tersebut merupakan anggota keluarga, teman, atau rekan kerja. Selain itu mengenai intimasi atau kedekatan dan kepercayaan antara individu dengan orang-orang tersebut.

3. Tinjauan Tentang Kelompok Dukungan (*Support Groups*)

a. Definisi *Support Groups*

Support groups adalah media yang dapat dimanfaatkan untuk melaksanakan intervensi kelompok pada praktik pekerjaan sosial. *Support group* merupakan suatu kelompok terapi yang ditujukan bagi individu-individu dengan permasalahaan yang relatif sama, tujuan dari kelompok ini ialah memberikan dorongan serta menguatkan tiap anggota dengan cara saling bertukar informasi dan pengalaman, untuk meningkatkan kemampuan coping strategi yang efektif dalam menghadapi permasalahan yang sedang dialami.[23]

Support group adalah bagian dari konseling kelompok yang dilakukan untuk memberikan dukungan, informasi antar sesama

[23]Djudiyah and Muhamad Salis Yuniardi, "Model Pengembangan Konsep Diri Melalui Support Group Therapy: Upaya Meminimalkan Trauma Psikis Remaja Dari Keluarga Single Parent," *Research Report* (Mei, 2017), hlm. 23.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

anggota. Di dalam kelompok ini setiap anggota dapat saling berbagi pengalaman dan setiap orang akan bergantian untuk berbicara dan menyampaikan pengalamannya. Seseorang yang mampu keluar dan berhasil bangkit dari permasalahannya dapat dijadikan sebagai potensi dari kelompok yang mampu membantu teman-teman melalui pengalamannya tersebut dalam mencapai kemampuan coping untuk mengatasi permasalahannya. Kelompok dukungan atau *support group* biasanya terdiri dari 4 – 12 orang dalam satu kelompok, dengan pertemuan yang dapat dilakukan pada setiap minggu atau pun bulan.[24]

Ada lima proses yang menjadi aspek adanya bantuan dalam *support groups,* yaitu memberikan dukungan antar anggota, berbagi pengetahuan dan informasi, mengungkapkan rasa kepemilikan, menceritakan pengalaman, dan mengajarkan metode penyelesaian masalah.[25] *Support group* atau kelompok dukungan ini merupakan bagian dari intervensi kelompok untuk penyembuhan. Dengan tujuan untuk memberikan dukungan, serta fokus pada pemulihan. Selain itu melalui kelompok dukungan ini diharapkan seseorang mendapatkan pengalaman kelompok yang positif, dan tujuan

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[24] Budi Astuti, "Implementasi Kelompok Dukungan (Support Groups) Pada Anak Sekolah Dasar," *Madrasah: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Dasar* 4, no. 2 (November 23, 2012).

[25] Linda Farris Kurtz, "Support and Self-Help Groups.," in *Handbook of Social Work with Groups, 2nd Ed.* (New York, NY, US: The Guilford Press, 2017), 155–70.

pentingnya ialah resolusi permasalahan dengan segera, sehingga dapat memotivasi serta mencapai perubahan perilaku pada individu.

Support groups dapat dilaksanakan untuk mengatasi masalah terkait anak, orang dewasa hingga lansia. Bahkan banyak digunakan untuk mengatasi berbagai permasalahaan terkait dengan personality, seperti insecuritas, stress, depressi, anxiety, OCD (*obsessive compulsive disorder),* maupun untuk memberikan dukungan pada orang-orang yang memiliki penyakit berat seperti HIV/AIDS, kanker, dll.

b. Proses Pelaksanaan *Support Groups*

Dalam proses pelaksanaan *support groups*, terdapat beberapa proses tahapan yang dilakukan, yaitu :

- Proses identifikasi masalah dan sumber pendukung

  Pada proses ini fasilitator melakukan tahapan *Intake* yakni proses awal membuat kontrak mengenai proses berjalanya kelompok dukungan. Di tahap ini setiap anggota dapat saling berkenalan dan melakukan eksplorasi masalah agar dapat teridentifikasi secara baik. pada proses ini ini fasilitator mengindetifikasi sumber pendukung yang ada pada tiap anggota agat dapat dimanfaatkan sebagai potensi atau kekuatan dalam menghadapi permasalahan. Proses ini juga memuat kegiatan assessment dan perencanaan intervensi, yang mana setelah melalui proses intake, fasilitator dan anggota kelompok dapat

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

bersama-sama mengindentifikasikan masalah, tujuan dan kegiatan kelompok berdasarkan kesepakatan bersama.

- Mengatasi masalah dengan sumber pendukung

  Proses selanjutnya ialah pemberian *feedback* dengan berbagai informasi serta pengetahuan mengenai cara mengatasi permasalahan yang telah di hadapi dengan memanfaatkan sumber pendukung yang ada. Pada proses ini fasilitator dapat memanfaatkan pontensi di dalam kelompok yakni memanfaatkan anggota kelompok yang telah berhasil keluar dari permasalahannya untuk berbagi informasi dengan anggota lain, maupun melibatkan pihak ketiga diluar kelompok yang memang ahli di bidangnya.

- Evaluasi hasil dan kegiatan

  Melakukan evaluasi terhadap anggota kelompok setelah melakukan serangkaian proses kegiatan kelompok dukungan. ditahap ini fasilitator dan anggota kelompok melakukan evaluasi terhadap kekurangan dan kelebihan program yang tekah berjalan. Jika sudah mampu mencapai hasil yang diharapkan maka fasilitator mampu melakukan terminasi dan mengakhiri proses intervensi kelompok.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

F. Metode Penelitian

1. Jenis Penelitian

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode *Participatory Action Research* (PAR) dengan jenis penelitian deskriptif. Tujuannya untuk memperoleh informasi secara mendalam mengenai stres dan hambatan yang dihadapi orang tua selama pendampingan pembelajaran daring. Pendekatan kualitatif dipilih peneliti karena penelitian kualitatif merupakan penelitian yang bertujuan untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subyek penelitian seperti perilaku, motivasi, presepsi, tindakan, dan lain sebagainya, secara holistic dan dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata bahasa, pada suatu konteks khusus yang alamiah dan dengan memanfaatkan berbagai metode alamiah.[26] Penelitian kualitatif merupakan metode untuk mengeksplorasi dan memahami makna pada sejumlah individu atau sekelompok orang yang dianggap berasal dari masalah sosial.[27]

Peneliti menggunakan metode penelitian *Participatory Action Research* (PAR), yang merupakan jenis penelitian *action research* atau penelitian tindakan, yakni salah satu pendekatan penelitian dengan 2 tujuan yaitu mengambil tindakan (untuk perbaikan) dan membangun

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[26] Lexi J moleong, *Metodelogi Penelitian Kualitatif* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 1993).

[27] John W. Creswell, *Reserch Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitaif, Dan Mixed* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010).

pengetahuan. Penelitian action research tidak dirancang untuk menyelesaikan suatu masalah akan tetapi memberikan alat untuk mengatasi suatu situasi dan menemukan solusi efektif untuk suatu permasalahan.

Sehingga pada peneletian ini, peneliti berupaya untuk mengatasi stres dan hambatan pendampingan belajar pada orang tua siswa SLBN 2 Yogyakarta dengan mengimplementasikan terapi kelompok melalui metode s*upport group* untuk meningkatkan dukungan sosial pada orang tua siswa disabilitas.

2. Lokasi Penelitian

Dalam melakukan riset nya peneliti memilih lokasi di SLB Negeri 2 Yogyakarta, karena sekolah tersebut masih menerapkan pembelajaran jarak jauh. Maka dari itu peneliti memilih lokasi ini dengan harapan dapat melakukan *support group* bagi orang tua siswa disabilitas dalam meningkatkan dukungan sosial untuk mengatasi stres akibat hambatan yang dialami pada saat melakukan pendampingan belajar.

3. Sumber Data

Sumber data penelitian ini didapat dari data primer yang diambil langsung dari subjek penelitian, yaitu orang tua siswa disabilitas dan guru di SLBN 2 Yogyakarta, dan sumber sekunder yang didapat dari studi literatur.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

4. Subyek & Obyek Penelitian

Dalam mempermudah proses penelitian, peneliti melakukan penentuan subyek dan obyek penelitian sebagai berikut :

a. Subyek Penelitian

Peneliti melakukan pengambilan sampel melalui teknik *purposive sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel melalui kriteria yang telah ditentukan oleh peneliti dengan melakukan pertimbangan tertentu.[28] Subyek dari penelitian ini ialah orang tua siswa SLBN 2 Yogayakarta. Peneliti mengambil 7 sampel orang tua siswa SLBN 2 Yogyakarta, sebagai subjek penelitian yang dipilih dengan kriteria:

1) Orang tua dari siswa yang masih bersekolah di SLBN 2 Yogyakarta,
2) Orang tua siswa yang sedang melakukan pendampingan belajar.
3) Bersedia dan berkomitmen untuk mengikuti sesi *support group.*

Adapun data orang tua siswa dan struktur keluarga nya pada tabel berikut :

Tabel 2. Data Informan Orang Tua Siswa SLBN 2 Yogyakarta

No	Nama	Jenis Disabilitas Anak	Struktur Keluarga
1.	Anis	Down Syndrome	Utuh dengan anak lebih dari satu

[28] Sugiyono, *Metode Penelitian Manajemen* (Bandung: Alfabeta, 2013). Hlm.393.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

2.	Erna	Tuna Grahita Sedang	Utuh dengan anak lebih dari satu
3.	Risfani	Tuna Grahita Ringan	Utuh dengan anak lebih dari satu
4.	Rubini	Down Syndrome	Utuh dengan anak lebih dari satu
5.	Retno	Tuna Grahita Ringan	Utuh dengan anak lebih dari satu
6.	Nurwahyuni	Down Syndrome	Utuh dengan anak tunggal
7.	Tutik	Tuna Grahita Ringan	Orang tua *single mother* dengan anak tunggal

Dalam hal ini sebagai subyek, orang tua siswa berperan sebagai sumber data primer dalam penelitian. Peneliti juga melakukan pengambilan data pada guru SLBN 2 Yogyakarta. Peneliti juga melibatkan guru sebagai sumber data primer, yang memiliki peran penting dalam pemberian izin bagi peneliti mendapatkan informasi mengenai kendala dan kondisi siswa SLBN 2 Yogyakarta selama pandemi.

b. Obyek Penelitian

Obyek penelitian pada penelitian ini ialah kelompok dukungan atau *support group* bagi orang tua siswa disabilitas yang mengatasi stres dan hambatan pendampingan belajar di masa pandemi.

5. Metode Pengumpulan Data

Peneliti melakukan proses pengumpulan data penelitian melalui beberapa cara, yaitu :

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

a. Wawancara mendalam

Wawancara merupakan proses mengumpulkan informasi dengan melakukan tanya jawab antara peneliti dengan informan atau subjek penelitian. Peneliti menggunakan jenis metode wawancara semi terstruktur, yaitu wawancara dengan menggunakan pedoman wawancara namun peneliti tidak selalu berfokus pada pertanyaan yang ada di pedoman, akan tetapi peneliti dapat mengembangkan pertanyaan dan memunculkan mengenai topik yang ingin lebih di gali dan lebih di munculkan.[29]

Peneliti menggunakan metode wawancara untuk memperoleh data yang jelas mengenai peran *support group* dalam memberikan dukungan sosial terhadap orang tua siswa dalam menurunkan tingkat stress dan mengatasi hambatan selama melakukan pendampingan belajar siswa disabilitas di masa pandemi. Pelaksanaan wawancara disesuaikan dengan keadaan responden dalam konteks wawancara sebenarnya. Wawancara dilakukan sambil direkam sehingga data yang diperoleh dapat dikonfirmasi kembali.

b. Observasi

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[29]Imami Nur Rachmawati, "Pengumpulan Data Dalam Penelitian Kualitatif: Wawancara," *Jurnal Keperawatan Indonesia*, Vol.11: 1 (Maret, 2007): hlm . 36.

Melalui teknik ini peneliti melakukan analisis mengenai perilaku dan maknanya. Sehingga data dapat berupa fakta mengenai kenyataan yang diperoleh dari hasil pengamatan lapangan. Menurut Spradley mengatakan dalam penelitian kualitatif obyek penelitian disebut dengan situasi sosial, terdiri dari dari tiga komponen, yaitu *place* atau tempat berlangsungnya interaksi, *actor* atau pelaku, dan *activity* atau aktivitas yang dilakukan oleh pelaku. [30]

Peneliti menggunakan teknik observasi non partisipasif, atau bentuk observasi dengan tidak melibatkan peneliti sebagai obyek yang diteliti.

c. Studi Dokumen

Dokumen merupakan catatan peristiwa yang telah berlalu. Dokumen bisa berbentuk tulisan, gambar, atau karya-karya monumental dari seseorang. Studi dokumen merupakan pelengkap dari penggunaan metode observasi dan wawancara dalam penelitian kualitatif. Dokumen yang berbentuk tulisan dapat berupa catatan harian, sejarah kehidupan, biografi, peraturan kebijakan, dll. dokumen berbentuk gambar misalnya foto, gambar hidup, sketsa, dll.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[30] Sugiyono, *Metode Penelitian Manajemen*, Bandung: Penerbit Alfabeta, 2013, hlm.234.

6. Teknik Analisis data

Penelitian yang dilaksanakan merupakan penelitian deskriptif yang lebih banyak menguraikan hasil wawancara dengan informan. Data yang diperoleh nanti nya akan dianalisis kemudian dijabarkan dalam bentuk deskriptif. Miles and huberman (1992) menjelaskan ada tiga alur analisis data kualitatif, yaitu [31] :

a. Reduksi data

Reduksi data adalah proses memilih dan menyederhanakan data kasar yang didapat dari data lapangan. Sehingga pada proses reduksi peneliti merangkum, menentukan hal-hal pokok dan membuang hal yang tidak perlu. Ditahap ini peneliti menajamkan analisisnya untuk memperoleh gambaran yang lebih jelas dalam mengambil kesimpulan akhir.

b. Penyajian data/ *display data*

kegiatan menyusun beberapa informasi yang telah diperoleh , yang kemudian dilakukan penarikan kesimpulan dan pengambilan tindakan. Tahapan ini dilakukan setelah peneliti merangkum data lapangan yang ada. Bentuk penyajian datanya berbentuk teks naratif atau uraian kalimat. Proses ini dilakukan untuk membantu peneliti memahami apa yang terjadi, sehingga peneliti dapat merencanakan tindakan berdasarkan pada apa yang telah dipahami.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[31] Ivanovich Agusta, “Teknik Pengumpulan dan Analisis Data Kualitatif,” hlm 10.

c. Penarikan kesimpulan

Setelah dilakukan penyajian data langkah ketiga yang dilakukan peneliti ialah menarik kesimpul dari data yang sudah di olah. Penarikan kesimpulan dilakukan secara terus menerus selama peneliti masih berada dilapangan. Apabila kesimpulan yang yang dikemukakan didukung oleh data yang valid dan konsisten maka dapat dikatakan bahwa kesimpulan tersebut kredibel.

7. Uji Keabsahan

Hal yag paling penting dalam penelitian ialah pengujian keabsahan data. Keabsahan data berfungsi untuk menguji data dan membuktikan penelitian yang dilakukan merupakan penelitian ilmiah. Uji kredibilitas data merupakan hal utama yang harus dilakukan, agar penelitian yang dilakukan dapat dipertanggungjawabkan, maka diperlukan uji keabsahan data, dengan melakukan :

1.) Uji kredibilitas

Menguji validitas hasil penelitian yang disajikan oleh peneliti. Hal ini dilakukan supaya penelitian yang dilakukan dapat dipercaya dan tidak diragukan lagi sebagai sebuah karya ilmiah.

2.) Melakukan *member check*

Peneliti kembali melakukan wawancara kepada informan, kemudian membuat transkrip hasil wawancara nya, setelah itu peneliti melakukan konfirmasi hasil wawancara

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

tersebut kepada informan. Tujuan dari membercheck ini ialah agar informan dapat memberikan informasi sesuai dan menyetujui kebenaran hasil wawancara sehingga hasil penelitian dapat lebih dipercaya

3.) Triangulasi

Triangulasi merupakan teknik pengecekan data dengan berbagai sumber, cara, dan waktu. Terdapat tiga macam triangulasi yaitu triangulasi sumber, triangulasi teknik, dan triangulasi waktu. Peneliti menggunakan triangulasi waktu untuk melakukan uji keabsahan data. Triangulasi waktu adalah pengecekan dengan wawancara, observasi, atau teknik lain dalam waktu dan situasi yang berbeda, teknik dapat mempengaruhi kredibilitas data, sehingga dalam rangka pengujian kredibilitas data dapat dilakukan.

G. Sistematika Pembahasan

Sistematika pembahasan merupakan alur pembahasan skripsi yang mana pada bagian ini dijelaskan mengenai alur berpikir yang dibangun untuk dapat menjelaskan permasalahan yang diteliti. Hal ini juga dimaksudkan untuk mempermudah pembaca memahami isi skripsi ini.

Bab I Pendahuluan, isi dari bab ini ialah latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, kajian pustaka, kajian teori, metode penelitian, termasuk sistematika pembahasan

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Bab II menjelaskan mengenai gambaran umum lembaga yang menjadi lokasi penelitian. Pada bab ini peneliti menggambarkan profil umum dari SLBN 2 Yogyakarta

Bab III Pembahasan, menjelaskan dan menjawab rumusan masalah yang ada, yakni membahas hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai peran support group bagi orang tua siswa disabilitas dalam menangani stress pendampingan di masa pandemi

Bab IV penutup, berisi kesimpulan hasil penelitian dan saran peneliti untuk pembaca atau peneliti selanjutnya.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB IV
PENUTUP

A. Kesimpulan

Melalui penelitian yang telah dilaksanakan, peneliti memperoleh hasil untuk menjawab rumusan masalah terkait dukungan sosial melalui *support group* bagi orang tua siswa disabilitas di SLBN 2 Yogyakarta dalam mengatasi stres dan hambatan pendampingan belajar di masa pandemi ini. Peneliti memperoleh kesimpulan sebagai berikut :

Pada masa pendampingan belajar ditengah pandemi, orang tua siswa SLBN 2 Yogyakarta mengalami berbagai kendala dan hambatan yang dapat memicu stress. Sementara itu tidak semua orang tua siswa SLBN 2 Yogyakarta mendapatkan dukungan yang baik. Hal ini juga dipengaruhi oleh struktur dan komposisi jumlah keluarga. Dalam hal ini peneliti membaginya menjadi 3 struktur, yakni orang tua utuh dengan anak lebih dari satu, orang tua utuh dengan anak tunggal, dan orang tua tunggal (*single mother*) dengan anak tunggal. Dukungan sosial keluarga yang didapat ibu dari setiap struktur keluarga berbeda-beda. Oleh karena itu peneliti melakukan analisis melalui aspek-aspek dukungan sosial.

Hasil nya menyatakan bahwa ibu pada struktur keluarga utuh dengan anak lebih dari satu memiliki ketangguhan dalam mengahadapi masalah yang lebih baik, dikarenakan mereka memiliki sumber pendukung yang dapat membantu dalam berbagi peran mendampingi anak berkebutuhan khusus dan tugas domestik rumah tangga. Sedangkan ibu pada struktur

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

keluarga utuh dengan anak tunggal dan *single mother* dengan anak tunggal memiliki tingkat ketangguhan yang lebih rendah karena minimnya komposisi jumlah keluarga, menyebabkan mereka tidak dapat berbagi peran untuk membantu mendampingi anak berkebutuhan khusus. Sehingga ibu dengan struktur keluarga ini lebih mudah untuk merasa lelah dan stres.

Adanya *support group* yang telah dilaksanakan, berperan dalam meningkatkan dukungan sosial pada ibu yang mengalami hambatan pada proses pendampingan belajar dimasa pandemi. dukungan sosial yang di dapat dalam *support group* meliputi empat aspek yakni dukungan emosional yang berupa dukungan secara verbal yang diberikan anggota kelompok, dukungan informatif yang berupa informasi pengetahuan dari sesi psikoedukasi yang diberikan pada pertemuan kedua. selain itu orang tua juga mendapat dukungan dari pihak lain dari dalam kelompok, yang dapat membantu meningkatkan strategi coping pada ibu.

Di dalam *support group* orang tua merasa mendapat sumber dukungan baru yang berasal dari anggota kelompok. ibu juga tidak lagi merasa sendiri, karena terdapat beberapa orang yang juga mengalami hal sama dalam kelompok dukungan tersebut. Dengan adanya *support group* orang tua merasa mendapat dorongan dan semangat dalam meningkatkan resiliensi ketika menghadapi permasalahan mengenai anak berkebutuhan khusus terutama dimasa pandemi ini. Orang tua juga mengalami perubahan informasi dan penambahan pengetahuan mengenai

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

manajemen stres untuk mengatasi kendala pada pengasuhan anak berkebutuhan khusus.

Support group yang telah dilakukan ini memberikan pengaruh pada orang tua dalam mengatasi stres akibat hambatan pendampingan belajar pada anak berkebutuhan khusus, namun tidak begitu signifikan karena pelaksanaan nya yang secara *online*, membuat orang tua tidak bisa merasakan keakraban dan interaksi yang lebih intim lagi dengan anggota kelompok, selain itu kendala jaringan juga menjadi salah satu hambatan yang dirasakan. Sehingga tidak semua orang tua dapat mengikuti sesi secara utuh dari awal hingga berakhirnya sesi.

B. Rekomendasi

Berdasarkan temuan-temuan yang didapat selama proses penelitian mengenai dukungan sosial melalui support group yang telah dilaksanakan. Peneliti menghasilkan rekomendasi yang dapat di ajukan kepada pihak sekolah dan orang tua siswa SLBN 2 Yogyakarta untuk dapat meningkatkan kualitas pendidikan dan efektivitas pembelajaran anak berkebutuhan khusus di masa pandemi, melalui :

1. Rekomendasi Sekolah

Kegiatan *support group* yang telah dilaksanakan peneliti dapat diteruskan menjadi program keberlanjutan bagi orang tua siswa. Hal ini bermanfaat karena melalui kegiatan ini orang tua merasa memiliki dukungan dan mendapatkan wawasan baru mengenai anak berkebutuhan khusus. Hal ini juga akan memberikan pengaruh terhadap efektivitas dan

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

meningkatkan mutu pendidikan anak berkebutuhan khusus ketika mengikuti kelas disekolah, karena orang tua telah memiliki modal ilmu pengetahun terkait kondisi dan kebutuhan anak, sehingga dapat memberikan pendidikan secara baik pada anak.

2. Rekomendasi Orang tua dan keluarga siswa disabilitas

Selama proses pembelajaran di masa pandemi pada anak berkebutuhan khusus orang tua memiliki peranan penting dalam meningkatkan kualitas dan efektivitas pembelajaran di rumah. Anggota keluarga lainnya juga berperan penting untuk bekerja sama membantu ibu dalam melakukan pendampingan dan tugas domestik lainnya. sehingga penting sekali bagi keluarga untuk bisa saling berbagi peran membantu dan mendukung ibu melakukan pendampingan.

Bagi ibu yang mengalami kelelahan atau stress akibat pengasuhan dan pendampingan belajar selama pandemi, dapat disarankan untuk melakukan manajemen stres melalui menyediakan waktu untuk *quality time/ me time*, meminta bantuan pada anggota keluarga yang lain, berfikir positif dengan melakukan meditasi, dan apresiasi diri. Selain itu mengikuti support group atau kelompok dukungan lain yang memiliki latar belakang permasalahan yang relatif sama dengan yang dihadapi orang tua, guna meningkatkan pengetahuan tentang kebutuhan anak dan resiliensi terhadap permasalahan yang sedang dihadapi.

Sementara untuk menghadapi *mood* anak berkebutuhan khusus yang fluktuatif dan sulit dikontrol selama PJJ orang tua dapat mengatasinya

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

dengan memberikan respon positif berupa pujian dan kata-kata afirmatif maupu *reward* berupa makanan, mengapresiasi anak, menyediakan *quality time* dengan anak, memberi waktu anak untuk mengerjakan apa yang dia suka sebelum melakukan proses pembelajaran, dan konsisten dalam mendampingi anak.

3. Rekomendasi Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam melakukan penelitian selanjutnya. Dikarenakan masih terdapat banyak aspek yang mempengaruhi pengelolaan stres pada orang tua, maka disarankan bagi peneliti selanjutnya untuk menambahkan variabel serta metode tertentu yang dapat mempengaruhi pengelolaan stres orang tua yang memiliki anak disabilitas seperti manajamen pelatihan stres, parenting stres dan lain sebagainya

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR PUSTAKA

A. Jurnal dan Skripsi

Afifah, Afra. "Peran Support Group Dalam Mendorong Motivasi Belajar Remaja Action Research Pada Pelajar SMA X - PDF Free Download." Adoc.Pub. Accessed January 18, 2022.

Agusta, Oleh Ivanovich. "Teknik Pengumpulan Dan Analisis Data Kualitatif," N.D., 12.

Andika, Kiki Ayu. "Hubungan Self Efficacy Dan Hardiness Dengan Stres Pengasuhan Pada Ibu Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus." S1, Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2012.

Anindita, Adina Riska, And Nurliana Cipta Apsari. "Pelaksanaan Support Group Pada Orangtua Anak Dengan Cerebral Palsy." *Focus : Jurnal Pekerjaan Sosial* 2, No. 2 (2019): 208–18.

Astuti, Budi. "Implementasi Kelompok Dukungan (Support Groups) Pada Anak Sekolah Dasar." *Madrasah: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Dasar* 4, No. 2 (November 23, 2012)
.

Djudiyah, And Muhamad Salis Yuniardi. "Model Pengembangan Konsep Diri Melalui Support Group Therapy: Upaya Meminimalkan Trauma Psikis Remaja Dari Keluarga Single Parent." *Research Report*, No. 0 (May 17, 2017).

Fahriza, Muhammad Rizqi, And Lutfiana Ulfa. "Faktor Penyebab Stress Dan Dampak Bagi Kesehatan." OSF Preprints, July 1, 2019.

Griffith, Annette K. "Parental Burnout And Child Maltreatment During The COVID-19 Pandemic." *Journal Of Family Violence*, June 23, 2020.

Hidayati, Lina Nur, And Mugi Harsono. "Tinjauan Literatur Mengenai Stres Dalam Organisasi." *Jurnal Ilmu Manajemen* 18, No. 1 (March 11, 2021): 20–30.

Kurtz, Linda Farris. "Support and Self-Help Groups." In *Handbook of Social Work with Groups, 2nd Ed.*, 155–70. New York, NY, US: The Guilford Press, 2017.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Kusrini, Woro, and Nanik Prihartanti. "Hubungan Dukungan Sosial Dan Kepercayaan Diri Dengan Prestasi Bahasa Inggris Siswa Kelas Viii Smp Negeri 6 Boyolali." *Jurnal Penelitian Humaniora* 15, no. 2 (August 1, 2014): 131–40. https://doi.org/10.23917/humaniora.v15i2.673.

L. G., Calhoun, and R. G. Tedeschi. "The Foundations of Post-Traumatic Growth: New Considerations. Psychological Inquiry," 2004.

Listyanti, Heni, and Ristia Wahyuningsih. "Manajemen Stres Orangtua Dalam Pendampingan Pembelajaran Daring." *Literasi : Jurnal Kajian Keislaman Multi-Perspektif* 1 (January 4, 2021): 23–48. https://doi.org/10.22515/literasi.v1i1.3256.

Lutvitasari, Lashienta. "Intervensi Kelompok Melalui Program Suppoert Group Untuk Penanganan Dan Pencegahan Kasus Kekerasan Terhadap Perempuan Di Rifka Annisa WCC Yogyakarta Tahun 2014-2016," 2016.

Maysa, Putri, and Ummil Khairiyah. "Hardiness dan Stres Pengsuhan pada Ibu dengan Anak Berkebutuhan Khusus." *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)* 10, no. 1 (July 15, 2019): 88–101.

Muslim, Moh. "Manajemen Stress Pada Masa Pandemi Covid-19." *Esensi: Jurnal Manajemen Bisnis* 23, no. 2 (August 28, 2020): 192–201.

Pertiwi, Balqis Laras, and Gunarti Dwi Lestari. "Implementasi Program Parenting Support Group (Psg) Dalam Mengembangkan Motorik Anak Berkebutuhan Khusus Di Paud Inklusi Esya Sidoarjo." *JPUS: Jurnal Pendidikan Untuk Semua* 4, no. 4 (December 19, 2020): 1–9.

Purwanto, Agus, Rudy Pramono, Masduki Asbari, Choi Chi Hyun, Laksmi Mayesti Wijayanti, Ratna Setyowati Putri, and priyono Budi Santoso. "Studi Eksploratif Dampak Pandemi COVID-19 Terhadap Proses Pembelajaran Online Di Sekolah Dasar." *EduPsyCouns: Journal of Education, Psychology and Counseling* 2, no. 1 (April 15, 2020): 1–12.

Rachmawati, Imami Nur. "Pengumpulan Data Dalam Penelitian Kualitatif: Wawancara." *Jurnal Keperawatan Indonesia* 11, no. 1 (March 24, 2007): 35–40. https://doi.org/10.7454/jki.v11i1.184.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Sarafino, Edward P., and Timothy W. Smith. *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*. John Wiley & Sons, 2014.

Susilowati, Ellya, and Mira Azzasyofia. "The Parents Stress Level in Facing Children Study From Home in the Early of COVID-19 Pandemic in Indonesia." *International Journal of Science and Society* 2, no. 3 (July 5, 2020): 1–12. https://doi.org/10.54783/ijsoc.v2i3.117.

Tri Rosi Kurnia, Rada, Asri Mutiara Putri, and Dita Fitriani. "Dukungan Sosial Dan Tingkat Stres Orang Tua Yang Memiliki Anak Retardasi Mental." *Jurnal Psikologi Malahayati*, Volume 1, No. 2 (September 2019): 28–34.

B. Buku

Ratri Desiningrum, Dinie. *Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus*. Yogyakarta: Psikosain, 2016.

W. Creswell, john. *Reserch Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitaif, Dan Mixed*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010.

Sugiyono. *Metode Penelitian Manajemen*. Bandung: Alfabeta, 2013.

J moleong, Lexi. *Metodelogi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya, 1993.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

C. Wawancara

Ibu Anis. Orang tua Siswa SLBN 2 Yogyakarta, Wawancara Langsung, March 14, 2022.

Ibu Erna. Orang tua Siswa SLBN 2 Yogyakarta, Wawancara Langsung, March 16, 2022.

Ibu Nurwahyuni. Orang tua Siswa SLBN 2 Yogyakarta, Wawancara online melalui via Telefon whatsapp, March 15, 2022.

Ibu Retno. Orang tua Siswa SLBN 2 Yogyakarta, Wawancara online melalui via chat whatsapp, March 17, 2022.

Ibu Risfani. Orang tua Siswa SLBN 2 Yogyakarta, Wawancara Langsung, March 18, 2022.

Ibu Rubini. Orang tua Siswa SLBN 2 Yogyakarta, Wawancara Langsung, March 19, 2022.

Ibu Tutik. Orang tua Siswa SLBN 2 Yogyakarta, Wawancara online melalui via chat whatsapp, March 19, 2022.

D. Internet

SLBN 2 Yogyakarta. "Sejarah Singkat Sekolah," n.d. https://www.slbn2jogja.sch.id/p/profil-sekolah.html.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

LAMPIRAN

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA