

**HUBUNGAN HEALTH HARDINESS DENGAN PARENTING STRESS
PADA WARGA PESERTA PKH KELURAHAN KARANG BESUKI
MALANG**

ISMA JUNIDA

11410119

**FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA
MALIK IBRAHIM MALANG**

ABSTRAK

Kelurahan Karang Besuki Malang merupakan salah satu wilayah daerah perkotaan yang mendapatkan bantuan dana PKH (program keluarga harapan). Bantuan ini harus diterima oleh ibu atau wanita dewasa yang mengurus anak pada rumah tangga yang bersangkutan. Kesulitan orang tua khususnya ibu dalam memenuhi tanggung jawab atas kesehatan, nutrisi dan pendidikan anak-anaknya akan menambah stressor atau tekanan yang berakibat pada *parenting stress*. Kondisi stres yang dialami warga peserta PKH dan kelelahan dalam mengasuh anak akan mengakibatkan pada penurunan kondisi kesehatan. Tujuan penelitian ini adalah (1) untuk mengetahui tingkat *health hardiness* pada warga peserta PKH Kelurahan Karang Besuki Malang; (2) untuk mengetahui tingkat *parenting stress* pada warga peserta PKH Kelurahan Karang Besuki Malang; (3) untuk mengetahui hubungan antara *health hardiness* dengan *parenting stress* warga peserta PKH Kelurahan Karang Besuki Malang. Penelitian ini dilakukan dengan metode penelitian kuantitatif, dengan jenis penelitian korelasional. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara dan skala yang diberikan kepada 82 ibu warga peserta PKH Kelurahan Karang Besuki Malang. Dalam menganalisis data digunakan perhitungan statistik korelasi *product-moment*, adapun instrument yang digunakan adalah adaptasi skala *parenting stress* dari Abidin (1975) dan skala *The Revised Health Hardiness Inventory* (RHHI) (Gebhardt, 2001), kedua skala dilakukan uji *content validity* dengan menggunakan metode *content validity ratio* dan *construct validity* dengan menggunakan *racsh model*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat *health hardiness* atau ketahanan dalam kesehatan yang dimiliki warga berada pada kategori tinggi yaitu sekitar 84,1%, sedangkan pada *parenting stress* atau stres pengasuhan berada pada kategori sedang yaitu 61%. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang negatif dan signifikan antara *health hardiness* dengan *parenting stress* dengan $r_{xy} = (-0,253)$ dan $p = 0,022$. Hasil analisis korelasi lebih lanjut menunjukkan bahwa ketahanan dalam kesehatan khususnya persepsi kompetensi pada kesehatan (*perceived health competence*) memiliki korelasi yang signifikan dengan stres pengasuhan yang bersumber dari pengalaman stres orang tua (*parental distress*) dan ketidakberfungsian interaksi antara orang tua dan anak (*the parent-child dysfunctional interaction*).

PENDAHULUAN

Kelurahan Karang Besuki Malang dikenal dengan home industri penghasil kerajinan tangan pahatan atau disanitair yang handal di kota Malang. Meskipun demikian, data survei Dinas Sosial membuktikan bahwa warga miskin hampir mencapai 300.000 jiwa dan sebagiannya merupakan daerah Karang Besuki Malang. Kelurahan Karang Besuki Malang juga merupakan salah satu wilayah daerah perkotaan yang mendapatkan bantuan dana PKH (program keluarga harapan) dari Kementerian Sosial yang bekerja sama dengan Dinas Sosial kota Malang. PKH merupakan program perlindungan sosial melalui pemberian uang tunai kepada Rumah Tangga Sangat Miskin (RTSM) atau keluarga sangat miskin selama rumah tangga tersebut memenuhi kewajibannya (UPKH pusat, 2013).

Penerima bantuan PKH tersebut merupakan rumah tangga sangat miskin (RTSM) yang memiliki anggota keluarga yang terdiri dari anak usia 0-15 tahun (atau usia 15-18 tahun namun belum menyelesaikan pendidikan dasar) dan ibu hamil atau nifas. Agar pemenuhan syarat berjalan efektif, maka bantuan harus diterima oleh ibu atau wanita dewasa yang mengurus anak pada rumah tangga yang bersangkutan (dapat nenek, tante/bibi, atau kakak perempuan). Hal ini dikarenakan pada umum ibu bertanggung jawab atas kesehatan, nutrisi dan pendidikan anak-anaknya (UPKH Pusat, 2013). Selain itu, hasil wawancara dengan salah seorang pendamping PKH Kelurahan Karang Besuki menyatakan bahwa penerimaan bantuan yang dibebankan pada wanita dewasa dikarenakan wanita dewasa khususnya ibu lebih bijaksana dibandingkan bapak dalam mengelolah keuangan, para ibu juga dinilai lebih banyak melakukan aktifitas di rumah, selain itu ibu juga bertanggung jawab dan berhubungan secara langsung dengan anak (Wawancara, 05 November 2014).

Pelaksanaan tanggung jawab atas kesehatan, nutrisi dan pendidikan anak pada kaum ibu akan menimbulkan perasaan tertekan dan menjadi sumber stressor tersendiri pada kaum ibu. Walaupun pada umumnya para kaum ibu dan wanita tidak luput dari pekerjaan dan tugas rumah tangga. Gurnasa (1998: 87) menjelaskan bahwa rumah tangga dan permasalahannya menjadi faktor yang

menyebabkan kaum ibu merasa tertekan dikarenakan kebanyakan dari para ibu akan menyibukkan diri dengan masalah rumah tangga yang tidak ada habisnya, dan tidak terselesaikan. Dalam hal ini Gunarsa (1998: 88) memberikan contoh perihal masalah kebersihan, kerapian rumah tangga yang harus dipertahankan oleh ibu. Selain itu, persiapan makanan yang mengambil waktu cukup lama, yang setiap kali akan kembali beberapa kali setiap hari. Setiap hari kaum wanita, khususnya kaum ibu seolah-olah harus menghadapi dan menjalani suatu rangkaian tugas yang harus diselesaikan demi terjaminnya kelangsungan hidup. Penyelesaian masalah dan tugas-tugas yang tidak memberikan hasil yang nyata, sering memberikan perasaan diri tidak berguna dan tekanan batin bagi kaum wanita. Selain itu hasil asesmen yang dilakukan pada warga peserta PKH Kelurahan Karang Besuki Malang menyatakan bahwa dari 58 peserta PKH komponen pendidikan hampir rata-rata ibu disana memiliki peran ganda antara merawat anak, mengurus pekerjaan rumah, dan bekerja di luar rumah (Observasi, 25 Juni 2014). Beban pekerjaan, mengasuh anak serta pekerjaan rumah yang harus diselesaikan akan membuat para ibu merasa tertekan dan sulit untuk memenuhi tanggung jawab atas kesehatan, nutrisi dan pendidikan anak-anaknya.

Kesulitan orang tua khususnya ibu dalam memenuhi tanggung jawab atas kesehatan, nutrisi dan pendidikan anak-anaknya akan menambah stressor atau tekanan yang berakibat pada *parenting stress*. Stres merupakan fakta hidup yang dialami hampir seluruh individu termasuk dalam setting pengasuhan, . Individu bereaksi secara berbeda terhadap stres tergantung berbagai faktor psikologis yang mempengaruhi hidup mereka. Dalam konsep *hardiness* khususnya *health hardiness*, individu yang memiliki tekanan atau stres khususnya dalam bidang kesehatan akan mampu beradaptasi dan melakukan penyelesaian. terhadap tekanan tersebut secara baik dan efektif. Salah satu aspek dari *health hardiness* adalah *health value* mengindikasikan individu dengan nilai kesehatan (*health value*) yang tinggi akan merasa lebih kompeten untuk mengontrol kesehatan mereka sendiri, serta merasa bahwa kesehatan mereka sebagian besar dilakukan oleh tindakan mereka sendiri, dan dapat mengubah orientasi internal dalam batas tertentu ketika berhadapan dengan kondisi tertekan atau stres (Gebhardt, 2001: 587). *Health hardiness* dapat menjaga individu untuk tetap sehat walaupun

mengalami kejadian-kejadian yang penuh stres (Smet, 1994 dalam Gebhardt, 2001). Karena lebih tahan terhadap stres, individu juga akan lebih sehat dan tidak mudah jatuh sakit karena caranya menghadapi stres lebih baik dibanding individu yang ketahanan hatinya rendah (Cosper, dkk, 1998 dalam Gebhardt, 2001).

Individu yang mempunyai *health hardiness* dalam dirinya akan lebih tahan, optimis dan positif dalam menghadapi setiap permasalahan ataupun stressor. Ketahanan dalam kesehatan (*health hardiness*) akan mempengaruhi bagaimana individu dalam menghadapi dan menyelesaikan setiap persoalan ataupun masalah yang dihadapinya. Individu dengan *health hardiness* akan cenderung melihat masalah sebagai suatu tantangan yang harus segera diselesaikan dan dihadapi. Pemaparan diatas masih membicarakan hubungan *health hardiness* secara umum dengan stres dan belum menunjukkan hubungan langsung antara *health hardiness* dengan *parenting stress* pada kaum ibu. *Health hardiness* dalam konteks psikologi kesehatan sangat berperan penting dalam mengurangi tingkat stres pengasuhan pada orangtua khususnya para ibu yang menjadi peserta PKH. Kurangnya beban atau stressor pengasuhan dan kemampuan menyelesaikan berbagai masalah serta komitmen untuk menerapkan gaya hidup sehat pada ibu-ibu peserta PKH, akan sangat membantu para orang tua khususnya kaum ibu dalam pelaksanaan tanggung jawab atas kesehatan, nutrisi dan pendidikan anak-anak mereka Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti tentang **“Hubungan antara *Health Hardiness* dengan *Parenting Stress* pada Warga Peserta PKH (Program Keluarga Harapan) Kelurahan Karang Besuki Malang”**.

METODE

Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian korelasional dikarenakan bertujuan untuk melihat Hubungan Antara *Health Hardiness* dengan *Parenting Stress* pada Warga Peserta PKH Kelurahan Karang Besuki Malang. Dalam menganalisis data digunakan perhitungan statistik korelasi *product-moment* untuk

mengungkap fenomena yang terjadi dan menyesuaikan dengan tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian metode kuantitatif.

Subyek Penelitian

Sampel dalam penelitian ini berjumlah 82 orang dengan prosentase sebesar 80,39 % dari 102 orang dengan teknik penentuan sampling yaitu *purposive sampling*.

Instrumen Penelitian

a. Skala *Parenting Stress*

Adapun skala yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah model skala *parenting stress* Abidin terdiri dari 36 aitem yang dikembangkan dari tiga komponen subskala yaitu: (1) *Parental Distress*, (2) *Parent-Child Dysfunctional Interaction*, (3) *Difficult Child*.

b. Skala *Health Hardiness*

Skala yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah *The Revised Health Hardiness Inventory* (RHHI-24) yang dikembangkan oleh Wallston dan Abraham. Aitem tersebut diadaptasi sesuai dengan kebutuhan di Indonesia. Skala ini terdiri dari 24 aitem yang terdiri dari empat sisi stabil dan dapat diandalkan yaitu: (1) Nilai Kesehatan, (2) *Internal Health Locus of Control*, (3) *External Health Locus of Control* dan (4) *Perceived health competence*. Keempat aspek dalam *The Revised Health Hardiness Inventory* (RHHI-24) tersebut merupakan bagian dari tiga komponen dasar dari *hardiness*.

Berdasarkan hasil uji instrumen dengan menggunakan metode *content validity ratio* (CVR) terdapat 12 aitem yang gugur dalam skala *parenting stress* dan 8 aitem dalam skala *health hardiness*. Keseluruhan aitem yang gugur tersebut kemudian direview kembali berdasarkan saran yang diberikan oleh 8 orang *subject matter expert* (SME).

Hasil uji instrumen dengan menggunakan rasch model ditemukan pada skala *parenting stress* memiliki nilai *person reliability* yang 0,85 dan *aitem*

reliability 0,96 dapat disimpulkan bahwa konsistensi jawaban dari responden bagus dan kualitas aitem-aitem dalam instrument istimewa. Sedangkan pada skala *healt hardiness* memiliki Adapun nilai *person reliability* yang 0,56 dan *aitem reliability* 0,92 dapat disimpulkan bahwa konsistensi jawaban dari responden lemah dan kualitas aitem-aitem dalam instrument bagus sekali.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari kedua analisis yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa deskripsi dari kedua variabel yang dikaji dalam penelitian ini berada pada kategori yang berbeda, pada variabel *health hardiness* berada pada kategori tinggi dengan prosentase sebesar 84,1%, sedangkan pada variabel *parenting stress* berada pada kategori sedang dengan prosentase sebesar 61,0%.

Analisa lebih lanjut pada setiap aspek dari masing-masing variabel menggambarkan bahwa pada variabel *health hardiness* (ketahanan dalam kesehatan) memiliki prosentase terbesar pada aspek *internal health locus of control* sebesar 92,7%, dibandingkan aspek lainnya seperti *health value* (90,2%), *external health locus of control* (73,2) dan *perceived health competence* yang hanya memiliki prosentase sebesar 40,2%. Hal ini mengindikasikan bahwa dalam ketahanan kesehatan para warga peserta PKH Kelurahan Karang Besuki Malang cenderung tinggi dalam motivasi untuk terlibat secara aktif dalam upaya yang akan memungkinkan para warga untuk mendapatkan kesehatan (*internal health locus of control*). Aspek ketahanan kesehatan yang hampir mencapai 100% juga terdapat pada aspek *external health locus of control*, hal ini mengindikasikan bahwa para warga peserta PKH Kelurahan Karang Besuki Malang mempercayai bahwa kesehatan mereka dikendalikan oleh faktor eksternal, seperti tersedianya layanan kesehatan yang baik, bantuan pemerintah, asuransi kesehatan, serta dukungan sosial dari lingkungan sekitar.

Sementara itu, pada variabel *parenting stress* (stres pengasuhan) memiliki prosentase terbesar pada aspek *difficult child* (stres yang disebabkan pada kesulitan mengatur anak) sebesar 34,1%, dibandingkan aspek lainnya seperti *the parent-child dysfunctional interaction* sebesar 4,9% dan *parental distress* yang hanya memiliki prosentase sebesar 3,7%. Besarnya prosentase pada aspek *difficult*

child mengindikasikan bahwa sumber stres terbesar yang menyebabkan stres pada warga peserta PKH Kelurahan Karang Besuki Malang berasal dari karakteristik anak yang berupa perasaan sedih dan kecewa yang melihat kemampuan anak beradaptasi yang rendah, kurangnya penerimaan terhadap orang tua, tuntutan yang terlalu banyak yang sulit dipenuhi oleh orang tua, suasana hati yang buruk, dan kurang memiliki kemampuan untuk memperkuat orang tua (Lestari, 2012: 42).

Berdasarkan hasil analisis korelasi *product moment* dapat diketahui bahwa terdapat hubungan antara *health hardiness* dengan *parenting stress* pada warga peserta PKH Kelurahan Karang Besuki Malang, hal ini dapat dilihat dari nilai *pearson correlation* (-0,253) dengan sig (p) = (0,022) dimana $p < 0,05$. Hasil penelitian tersebut menunjukkan adanya korelasi yang signifikan antara *health hardiness* dengan *parenting stress* pada warga peserta PKH Kelurahan Karang Besuki Malang. Semakin tinggi *health hardiness* (ketahanan dalam kesehatan), maka akan semakin rendah *parenting stress* (stres pengasuhan) pada ibu warga peserta PKH Kelurahan Karang Besuki Malang.

Hasil penelitian yang menunjukkan adanya hubungan yang negatif antara *health hardiness* dengan *parenting stress* dapat dijelaskan dengan model *parenting stress* Abidin (1975). Model stres pengasuhan yang dipaparkan oleh Abidin (1975) memberikan gambaran bahwa stres pengasuhan disini menunjukkan pengalaman perasaan stres orang tua sebagai sebuah fungsi dari faktor pribadi dalam memecahkan personal stres lain yang secara langsung dihubungkan dengan peran orang tua dalam pengasuhan anak. Seperti kesehatan orang tua (*health parent*) yang sampai pada taraf tertentu akan menurunkan efektivitas proses pengasuhan orang tua terhadap anak serta dapat mempengaruhi kondisi kesehatan orang tua (Ahern, 2004: 302).

Hubungan ketahanan dalam bidang kesehatan (*health hardiness*) telah diteliti, salah satunya pada penelitian yang dilakukan Nathawa (2012: 7-9) pada sejumlah perempuan yang bekerja sekaligus menjadi istri dan ibu bagi keluarganya. Dimana dalam penelitian ini perempuan memandang pekerjaan sebagai tanggung jawab manusia dalam mencukupi kebutuhan sehari-hari, selain itu perempuan juga merasa memiliki tanggung jawab penting atas dirinya sendiri

dari keluarga dan anak-anak mereka (Sahoo dan Rath, 2003). Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat dampak yang signifikan antara kemampuan wanita menyeimbangkan peran ganda sebagai wanita karir dan ibu rumah tangga terhadap kesehatan psikologis dan tingkat stres wanita. Dalam hal ini dapat disimpulkan bahwa wanita yang memiliki ketahanan dalam kesehatan (*health hardiness*) cenderung menafsirkan stres dan sakit sebagai aspek yang normal, dan bagian dari hidup yang secara keseluruhan menarik dan berharga.

Pada analisis lebih lanjut untuk mengetahui korelasi antar aspek-aspek *parenting stress* dengan aspek-aspek yang terdapat pada *health hardiness*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat dua aspek dari *parenting stress* dan satu aspek dari *health hardiness* yang memiliki hubungan yang signifikan, yaitu aspek *parental distress* dan *the parent-child relationship* terhadap *perceived health competence*. Hal ini dapat dilihat nilai *person correlation* pada aspek *parental distress* sebesar (-3,80) dengan $p = 0,000$ dimana $p < 0,01$, aspek *the parent child* memiliki nilai *person correlation* (-3,41) dengan $p = 0,002$ dimana $p < 0,01$.

Hasil penelitian tentang hubungan *health hardiness* dengan *parenting stress* mengindikasikan bahwa *health hardiness* terutama *perceived health competence*, sangat berhubungan pada kemungkinan terjadinya stres pengasuhan pada warga peserta PKH Kelurahan Karang Besuki Malang yang bersumber dari pengalaman stres orang tua (*parental distress*) dan interaksi antara orang tua dan anak (*parent-child dysfunctional interaction*). Ibu warga peserta PKH dengan harapan yang rendah terhadap kemampuan diri untuk tetap sehat (*perceived health competence*) akan membuat individu tidak bisa menghadapi dan menyelesaikan kondisi yang mendatangkan stres dalam menjalankan praktek pengasuhan di kehidupan sehari-hari.

PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian diatas, dapat disimpulkan bahwa *health hardiness* atau ketahanan warga dalam bidang kesehatan khususnya persepsi kompetensi pada kesehatan berhubungan dengan stres pengasuhan yang dialami warga peserta PKH Kelurahan Karang Besuki Malang. Sumbangan efektif yang

diberikan faktor *health hardiness* adalah sebesar $\{(-0,253)^2 \times 100 \%\} = 6,4 \%$. Angka prosentase yang rendah menunjukkan adanya variabel-variabel yang lain selain *health hardiness*, yang memberikan kontribusi terhadap *parenting stress*.

Bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneliti hubungan *health hardiness* dengan *parenting stress* pada kaum ibu di lingkungan masyarakat dengan tingkat ekonomi rendah, maka disarankan untuk mengangkat aspek *health seeking behavior* dan kesadaran kesehatan masyarakat miskin dalam melihat bagaimana perilaku masyarakat miskin dalam menjaga kesehatan mereka dalam kondisi tertekan yang dikarenakan kurangnya harapan terhadap kompetensi kesehatan (*perceived health competence*) akibat tekanan yang bersumber kelelahan dalam pengasuhan dan memenuhi kebutuhan anak. Selain itu, belum adanya penjelasan terkait hubungan antara *health hardiness* dengan *parenting stress* secara langsung dapat menjadi review dan pertimbangan bagi peneliti selanjutnya dalam mencari variabel lainnya dalam keterkaitan dengan permasalahan *parenting stress* atau stres pengasuhan.