



GAMBARAN COPING STRESS PADA IBU YANG MEMILIKI ANAK DOWN SYNDROME

TUGAS AKHIR

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan Program Sarjana (S1) pada
program studi Psikologi

UNIVERSITAS
MERCU BUANA
Oleh :

TIFANNY AURELLI

46116120104

FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA
2021

ABSTRAK

GAMBARAN COPING STRESS PADA IBU YANG MEMILIKI ANAK DOWN SYNDROME

Disusun oleh :

Tifanny Aurelli

Tifannyaurelli0906@gmail.com

Down Syndrome merupakan suatu kondisi keterbelakangan fisik dan mental anak yang diakibatkan adanya abnormalitas kromosom. Kromosom terbentuk akibat kegagalan sepasang kromosom dalam memisahkan diri saat terjadi pembelahan. memiliki anak Down Syndrome merupakan suatu stressor tersendiri bagi orang tua terutama ibu. Respons yang muncul pada ibu tersebut harus diimbangi dengan coping stress yang tepat agar ibu dapat mengatasi stressor sehingga tidak menimbulkan stres.Tujuan penelitian ini adalah Mendeskripsikan sumber stress yang dialami oleh ibu sebagai pengasuh utama anak Down Syndrome. Penelitian ini berusaha untuk mengetahui lebih dalam bagaimana subjek dalam menangani stress yang dialaminya selama memiliki anak dengan berkebutuhan khusus Down Syndrome, aspek apa saja yang mempengaruhi stress yang sedang dihadapi dan perubahan perilaku selama mendidik anak Down Syndrome. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif dengan menggunakan pendekatan Theory Driven, yaitu penelitian yang beranjak dari teori yang sudah ada dan menggunakan teori sebagai landasan penyusunan struktur pertanyaan penelitian, konstruk yang dibangun, hipotesis yang diajukan, ataupun pembahasan terhadap hasil yang didapat.Dari kedua jenis Coping Stress yaitu Problem Focused Coping dan Emotional Focused Coping, terdapat kesamaan dari 4 Subjek yaitu Positive Appraisal. Pada ke empat Subjek semua melakukan coping Positive Appraisal yang sama yaitu berdoa kepada Tuhan yang Maha Esa sebagai bentuk pertolongan akan perkembangan anaknya serta selalu berikir positif dengan selalu berada dilingkungan yang positif.

Kata Kunci : Down Syndrome. Coping Stress

ABSTRACT

IMAGES OF COPING STRESS IN MOTHERS WITH DOWN SYNDROME CHILD

Arranged by :

Tifanny Aurelli

Tifannyaurelli0906@gmail.com

Down Syndrome is a condition of physical and mental retardation of children caused by chromosomal abnormalities. Chromosomes are formed due to the failure of a pair of chromosomes to separate themselves during division. Having a child with Down syndrome is a separate stressor for parents, especially mothers. The response that appears in the mother must be balanced with appropriate stress coping so that the mother can cope with the stressor so that it does not cause stress. This study seeks to find out more about how the subject deals with the stress he experiences while having a child with Down Syndrome special needs, what aspects affect the stress he is facing and changes in behavior while educating Down Syndrome children. The method used in this study is a qualitative method using a Theory Driven approach, namely research that departs from existing theories and uses theory as the basis for compiling the structure of research questions, constructs built, proposed hypotheses, or discussion of the results obtained. the two types of Coping Stress, namely Problem Focused Coping and Emotional Focused Coping, there are similarities from the 4 Subjects, namely Positive Appraisal. In the four subjects, all of them did the same positive appraisal, namely praying to God Almighty as a form of help for their child's development and always thinking positively by always being in a positive environment.

Keywords: Down Syndrome. Coping Stress

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan dengan sebenar – benarnya bahwa semua pernyataan dalam Tugas Akhir ini :

Judul : Gambaran *Coping Stress* Pada Ibu yang Memiliki Anak Down Syndrome

Nama : Tifanny Aurelli

NIM : 46116120104

Program Studi : Program Studi psikologi

Merupakan hasil studi pustaka, penelitian lapangan, dan karya saya sendiri dengan bimbingan Dosen Pembimbing yang ditetapkan dengan surat keputusan Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Karya ilmiah ini belum diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan pada program sejenis di perguruan tinggi lainnya. Semua informasi, data, dan hasil pengolahannya digunakan telah dinyatakan secara jelas sumbernya dan dapat diperiksa kebenarannya.

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Jakarta, Maret 2022



Tifanny Aurelli

PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi yang berjudul “*Gambaran Coping Stress Pada Ibu yang Memiliki Anak Down Syndrome*” telah diajukan pada Sidang Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta pada tanggal 11 Januari 2022. Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan program sarjana (S1) pada program studi Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta.

Jakarta, 11 Januari 2022



PSI 07210140



Please Scan QR Code Verify

LEMBAR PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Judul : Gambaran *Coping Stress* Pada Ibu yang Memiliki Anak Down Syndrome
Nama : Tifanny Aurelli
NIM : 46116120104
Program Studi : S1 Psikologi
Tanggal Sidang : 11 Januari 2022



Dekan Fakultas Psikologi

Ketua Program Studi Psikologi



Dr. Setiawati Intan Savitri, M.Si

Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog

PSI 07210140



Please Scan QR Code Verify

KATA PENGANTAR

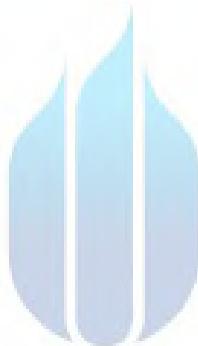
Alhamdulillah, segala puji dan syukur kepada Allah SWT yang telah melimpahkan segala rahmat, nikmat dan pertolongannya sehingga saya dapat menyelesaikan Tugas Akhir dengan judul “Gambaran *Coping Stress* Pada Ibu Yang Memiliki Anak *Down Syndrome*”. Yang di mana tugas akhir ini disusun untuk memenuhi sebagian syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Psikologi (S.Psi) pada program studi Psikologi di Universitas Mercu Buana Jakarta.

Dalam menyusun Tugas Akhir ini, penulis merasa sangat bersyukur atas bantuan, doa, dukungan, bimbingan, dan arahan dari berbagai pihak. Sehingga, Tugas Akhir ini dapat diselesaikan dengan baik dan penulis ingin menyampaikan terima kasih banyak kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Ngadino Surip, Rektor universitas Mercu Buana yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menempuh pendidikan di Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana
2. Ibu Dr. Setiawati Intan Savitri, S.P, M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi
3. Ibu Yenny, M.Psi., Psikolog selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi
4. Ibu Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog selaku Ketua program Studi
5. Bapak Dhani Irmawan, S.Psi., M.Sc selaku Sekretaris program Studi
6. Ibu Agustini, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing Tugas Akhir yang telah berkenan membimbing dengan sabar, meluangkan waktu, tenaga dan pikiran guna mengarahkan penulis serta memotivasi penulis sehingga dapat menyelesaikan Tugas Akhir dengan tepat waktu
7. Ibu Nurul Adiningtyas, M.Psi., psikolog dan Ibu Erna Risnawati, M.Si selaku Dosen penguji yang telah memberikan banyak masukan dan arahan
8. Keempat Subjek penelitian yang terhormat yang telah berpartisipasi, membantu dan memberikan banyak informasi yang diperlukan dalam penelitian ini
9. Seluruh Dosen dan Staff Tata Usaha (TU) Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta yang telah membantu selama proses perkuliahan
10. Kepada keluarga tercinta serta sahabat penulis yaitu CHSW yang selalu memberikan dukungan dan doa sehingga memotivasi penulis untuk menyelesaikan Tugas Akhir

11. Kepada Kim Namjoon, Kim Seokjin, Min Yoongi, Jung Hoseok, Park Jimin, Kim Taehyung, Jeon Jungkook yang tergabung dalam anggota BTS secara tidak langsung memotivasi penulis melalui karya musik yang telah mereka ciptakan
12. Last but not least, I wanna thank me. I wanna thank me for believing in me, I wanna thank me for doing all this hard work, I wanna thank me for having no days off, I wanna thank me for, for never quitting.

Dengan rendah hati penulis menyadari bahwa Tugas Akhir ini masih banyak kekurangan, dari pada itu penulis menerima segala kritik dan saran dari pembaca. Semoga Tugas Akhir ini dapat memberikan sumbangsih pengetahuan dan menjadi suatu karya yang bernilai lebih dan bermanfaat bagi yang membacanya.



Jakarta, Maret 2022

Penulis

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Tifanny Aurelli

DAFTAR ISI

ABSTRAK	I
ABSTRACT.....	II
SURAT PERNYATAAN.....	III
PENGESAHAN SKRIPSI.....	IV
PENGESAHAN TUGAS AKHIR	V
KATA PENGANTAR.....	VI
DAFTAR ISI.....	VIII
DAFTAR TABEL	XV
DAFTAR LAMPIRAN.....	XVI
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	6
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.4 Manfaat Penelitian	6
1.4.1 Manfaat Teoritis	7
1.4.2 Manfaat praktis	7
1.4.3 Manfaat Bagi Institusi Pendidikan	7
1.4.4 Manfaat Bagi Masyarakat.....	7
BAB II	8
LANDASAN TEORI	8
2.1 Stress	8
2.1.1 Pengertian <i>Stress</i>	8
2.1.2 Sumber <i>Stress</i> (<i>Stressor</i>)	9
2.1.3 Jenis <i>Stressor</i>	11
2.1.4 Reaksi <i>Stress</i>	11
2.2 Coping Stress	13
2.2.1 Pengertian <i>Coping Stress</i>	13
2.2.2 Jenis Coping stress.....	14
2.2.3 Faktor - Faktor yang Mempengaruhi Keberhasilan <i>Coping Stress</i>	15
2.3 Down Syndrome	16

2.3.1	Pengertian Sindrom Down.....	16
2.3.2	Sejarah Singkat Sindrom Down	17
2.3.3	Jenis Sindrom Down.....	18
2.3.4	Diagnosis Sindrom Down.....	18
2.3.5	Karakteristik Sindrom Down.....	20
2.3.6	Faktor Risiko Sindrom Down.....	21
2.4	Penelitian Sebelumnya.....	23
2.5	Kerangka Teori	26
BAB III.....	27	
METODE PENELITIAN.....	27	
3.1	Metode Penelitian	27
3.2	Subjek Penelitian	27
3.3	Fokus Penelitian.....	28
3.4	Teknik Pengumpulan Data.....	28
3.4.1	Teknik Pengumpulan Data Primer	28
3.4.1.1	Teknik Wawancara.....	28
3.4.1.2	Teknik Observasi.....	29
3.4.2	Teknik Pengumpulan data Sekunder	30
3.5	Alat Bantu penelitian	30
3.6	Uji Keabsahan Data	43
3.7	Prosedur Penelitian.....	44
3.7.1	Tahap Persiapan.....	44
3.7.2	Tahap Pelaksanaan	44
3.8	Teknik Analisis Data.....	44
BAB IV.....	45	
ANALISIS DAN PEMBAHASAN.....	45	
4.1	Gambaran Umum Subjek Penelitian.....	45
4.2	Analisis Intra kasus	46
4.2.1	Gambaran dan Analisis Subjek R	46
4.2.1.1	Gambaran Umum Subjek R	46
4.2.1.2	Observasi Subjek R	47
4.2.1.3	Latar Belakang Demografis Subjek R.....	48
4.2.1.4	Gambaran Pemahaman Mengenai Down Syndrome Subjek R.....	48

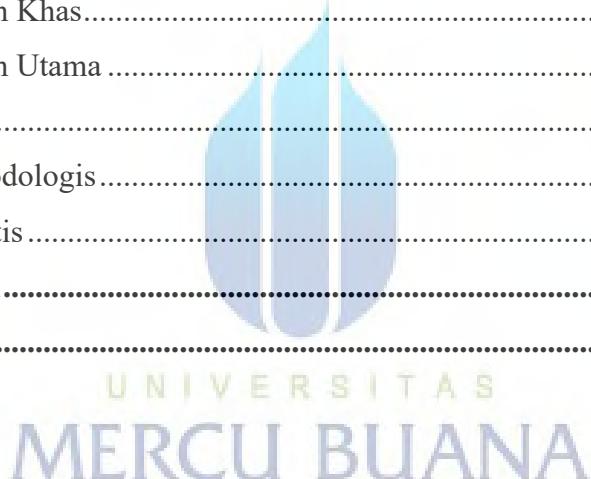
4.2.1.5	Gambaran Sumber Stress (<i>Stressor</i>) Subjek R.....	51
4.2.1.5.1	Frustrasi.....	51
4.2.1.5.2	Konflik	52
4.2.1.5.3	Tekanan	52
4.2.1.5.4	Krisis	53
4.2.1.6	Gambaran Jenis <i>Stressor</i> Subjek R	53
4.2.6.1.1	<i>Stressor</i> Fisik.....	54
4.2.6.1.2	<i>Stressor</i> Psikologis	54
4.2.6.1.3	<i>Stressor</i> Sosial.....	56
4.2.6.1.4	<i>Stressor</i> Ekonomi	57
4.2.1.7	Gambaran Reaksi Stress Subjek R.....	58
4.2.1.7.1	Reaksi Kognitif	58
4.2.1.7.2	Reaksi Fisiologis	59
4.2.1.7.3	Reaksi Emosional.....	59
4.2.1.7.4	Reaksi tingkah Laku.....	60
4.2.1.8	Gambaran Problem Focused Coping Subjek R.....	61
4.2.1.8.1	Plainful Problem Solving	61
4.2.1.8.2	Confontative Coping	62
4.2.1.9	Gambaran Emotional Focused Coping Subjek R.....	62
4.2.1.9.1	Seeking Social Support	62
4.2.1.9.2	Distancing.....	63
4.2.1.9.3	Avoidance.....	64
4.2.1.9.4	Positive Apprasial	64
4.2.1.9.5	Self Control	65
4.2.1.9.6	Accepting Responsibility	65
4.2.1.10	Faktor - Faktor Yang Mempengaruhi Keberhasilan Coping Stress	65
4.2.1.10.1	Kesehatan Dan Energi.....	65
4.2.1.10.2	Keterampilan Memecah Masalah.....	66
4.2.1.10.3	Keyakinan Diri Yang Positif.....	67
4.2.1.10.4	Dukungan Sosial	67
4.2.1.11	<i>Significant Other</i> (SO) Subjek R	67
4.2.2	Gambaran dan Analisis Subjek FT	75
4.2.2.1	Gambaran Umum Subjek FT	75

4.2.2.2	Observasi Subjek FT	75
4.2.2.3	latar Belakang Demografis Subjek FT	76
4.2.2.4	Gambaran pemahaman Mengenai Down Syndrome Subjek FT	77
4.2.2.5	Gambaran Sumber Stress (<i>Stressor</i>) Subjek FT	79
4.2.2.5.1	Frustrasi.....	79
4.2.2.5.2	Konflik	80
4.2.2.5.3	Tekanan	81
4.2.2.5.4	Krisis	81
4.2.2.6	Gambaran Jenis Stressor Subjek FT	82
4.2.2.6.1	Stressor Fisik	82
4.2.2.6.2	Stressor Psikologis	83
4.2.2.6.3	Stressor Sosial	85
4.2.2.6.4	Stressor Ekonomi	85
4.2.2.7	Gambaran Reaksi Stress Subjek FT	87
4.2.2.7.1	Reaksi Kognitif	87
4.2.2.7.2	Reaksi Fisiologis	88
4.2.2.7.3	Reaksi Emosional.....	89
4.2.2.7.4	Reaksi Tingkah Laku	90
4.2.2.8	Gambaran Problem Focused Coping Subjek FT	90
4.2.2.8.1	Plainful Problem Solving	90
4.2.2.8.2	Confontative Coping	91
4.2.2.9	Gambaran Emotional Focused Coping Subjek FT.....	92
4.2.2.9.1	Seeking Social Support	93
4.2.2.9.2	Distancing.....	94
4.2.2.9.3	Avoidance.....	94
4.2.2.9.4	Positive Apprasial	95
4.2.2.9.5	Self Control	96
4.2.2.9.6	Accepting Responsibility	97
4.2.2.10	Faktor Yang Mempengaruhi Keberhasilan Coping Stress	97
4.2.2.10.1	Kesehatan dan Energi.....	97
4.2.2.10.2	Keterampilan Memecahkan Masalah	98
4.2.2.10.3	Keyakinan Diri yang Positive	99
4.2.2.10.4	Dukungan Sosial	99

4.2.2.11	<i>Significant Other (SO) Subjek FT</i>	100
4.2.3	Gambaran dan Analisis Subjek ND	105
4.2.3.1	Gambaran Umum Subjek ND	106
4.2.3.2	Observasi Subjek ND	106
4.2.3.3	latar Belakang Demografis Subjek ND	107
4.2.3.4	Gambaran pemahaman Mengenai Down Syndrome Subjek ND	107
4.2.3.5	Gambaran Sumber Stress (<i>Stressor</i>) Subjek ND	110
4.2.3.5.1	Frustasi	110
4.2.3.5.2	Konflik	111
4.2.3.5.3	Tekanan	111
4.2.3.5.4	Krisis	112
4.2.3.6	Gambaran Jenis Stressor Subjek ND	112
4.2.3.6.1	Stressor Fisik	112
4.2.3.6.2	Stressor Psikologis	113
4.2.3.6.3	Stressor Sosial	114
4.2.3.6.4	Stressor Ekonomi	115
4.2.3.7	Gambaran Reaksi Stress Subjek ND	116
4.2.3.7.1	Reaksi Kognitif	116
4.2.3.7.2	Reaksi Fisiologis	117
4.2.3.7.3	Reaksi Emosional	118
4.2.3.7.4	Reaksi Tingkah Laku	120
4.2.3.8	Gambaran Problem Focused Coping Subjek ND	120
4.2.3.8.1	Plainful Problem Solving	120
4.2.3.8.2	Confontative Coping	121
4.2.3.9	Gambaran Emotional Focused Coping Subjek ND	122
4.2.3.9.1	Seeking Social Support	122
4.2.3.9.2	Distancing	123
4.2.3.9.3	Avoidance	124
4.2.3.9.4	Positive Apprasial	124
4.2.3.9.5	Self Control	125
4.2.3.9.6	Accepting Responsibility	126
4.2.3.10	Faktor Yang Mempengaruhi Keberhasilan Coping Stress	126
4.2.3.10.1	Kesehatan dan Energi	126

4.2.3.10.2	Keterampilan Memecahkan Masalah	127
4.2.3.10.3	Keyakinan Diri yang Positif.....	127
4.2.3.10.4	Dukungan Sosial	127
4.2.3.11	<i>Significant Other (SO) Subjek ND</i>	128
4.2.4	Gambaran dan Analisis Subjek BA	133
4.2.4.1	Gambaran Umum Subjek BA	133
4.2.4.2	Observasi Subjek BA	133
4.2.4.3	latar Belakang Demografis Subjek BA	134
4.2.4.4	Gambaran pemahaman Mengenai Down Syndrome Subjek BA	135
4.2.4.5	Gambaran Sumber Stress (<i>Stressor</i>) Subjek BA.....	136
4.2.4.5.1	Frustrasi.....	136
4.2.4.5.2	Konflik	137
4.2.4.5.3	Tekanan	138
4.2.4.5.4	Krisis	138
4.2.4.6	Gambaran Jenis Stressor Subjek BA.....	139
4.2.4.6.1	Stressor Fisik	139
4.2.4.6.2	Stressor Psikologis	139
4.2.4.6.3	Stressor Sosial	141
4.2.4.6.4	Stressor Ekonomi	142
4.2.4.7	Gambaran Reaksi Stress Subjek BA	143
4.2.4.7.1	Reaksi Kognitif	143
4.2.4.7.2	Reaksi Fisiologis	143
4.2.4.7.3	Reaksi Emosional.....	144
4.2.4.7.4	Reaksi Tingkah Laku	145
4.2.4.8	Gambaran Problem Focused Coping Subjek BA	145
4.2.4.8.1	Plainful Problem Solving	145
4.2.4.8.2	Confontative Coping	145
4.2.4.9	Gambaran Emotional Focused Coping Subjek BA.....	146
4.2.4.9.1	Seeking Social Support	147
4.2.4.9.2	Distancing.....	148
4.2.4.9.3	Avoidance.....	148
4.2.4.9.4	Positive Apprasial	148
4.2.4.9.5	Self Control	149

4.2.4.9.6	Accepting Responsibility	149
4.2.4.10	Faktor Yang Mempengaruhi Keberhasilan Coping Stress	150
4.2.4.10.1	Kesehatan dan Energi.....	150
4.2.4.10.2	Keterampilan Memecahkan Masalah	150
4.2.4.10.3	Keyakinan Diri yang Positif.....	150
4.2.4.10.4	Dukungan Sosial	151
4.2.4.11	<i>Significant Other (SO)</i> Subjek BA	151
4.3	Analisis Antar Kasus pada Setiap Aspek.....	156
4.4	Diskusi	161
BAB V	163
KESIMPULAN DAN SARAN	163
5.1	Kesimpulan	163
5.1.1	Kesimpulan Khas.....	163
5.1.2	Kesimpulan Utama	164
5.2	Saran	165
5.3.1	Saran Metodologis	166
5.3.2	Saran Praktis	166
DAFTAR PUSTAKA	167
LAMPIRAN	169



DAFTAR TABEL

Tabel 2.4 Penelitian Sebelumnya.....	23
Tabel 2.5 Kerangka Teori	26
Tabel 3.5 Alat Bantu Penelitian Pedoman Wawancara	31
Tabel 4.1 Gambaran Umum Subjek Peneliti	45
Tabel 4.2.1.11 Significant Other (SO) Subjek R	68
Tabel 4.2.2.11 Significant Other (SO) Subjek FT	100
Tabel 4.2.3.11 Significant Other (SO) Subjek ND	128
Tabel 4.2.4.11 Significant Other (SO) Subjek BA	151
Tabel 4.3 Analisis Antar Kasus pada Setiap Aspek.....	156



DAFTAR LAMPIRAN

Lembar Persetujuan Partisipan

Pedoman Wawancara

Verbatim dan Koding Wawancara

Pedoman Koding

