

**DUKUNGAN SOSIAL PADA STRES PENGASUHAN ORANG TUA  
DENGAN ANAK TUNARUNGU : SEBUAH TINJAUAN  
LITERATUR SISTEMATIS**

**Sri Andiani<sup>1</sup>, Marselius Sampe Tondok<sup>2\*</sup>**

Program Studi Magister Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Surabaya<sup>1</sup>, Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Surabaya<sup>2</sup>  
*\*Corresponding Author* : marcelius@staff.ubaya.ac.id

**ABSTRAK**

Orang tua berperan penting dalam perkembangan anak, sehingga stres pengasuhan dapat berdampak negatif pada anak. Hal ini termasuk orang tua dengan anak tunarungu (PODC), yang dampaknya tidak hanya pada anak, tetapi juga pada orang tua itu sendiri. Dukungan sosial adalah salah satu cara untuk mengurangi stres pengasuhan pada PODC. Studi ini bertujuan menganalisis bentuk dukungan sosial yang dibutuhkan oleh PODC untuk mengurangi stres pengasuhan. Penelitian ini menggunakan kajian literatur sistematis dengan panduan PRISMA. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial yang dibutuhkan oleh PODC bervariasi berdasarkan fungsi, jenis, dan konteks situasi mereka berada. Di antara berbagai variasi dukungan sosial, dukungan informasi adalah fungsi dukungan yang paling dibutuhkan untuk dapat mengurangi stres pengasuhan. Sementara itu, preferensi penggunaan jenis dukungan dari profesional (dukungan formal) dan keluarga atau teman (dukungan informal) bisa berbeda berdasarkan jenis kelamin. Ibu yang banyak mengambil peran mengasuh anak lebih membutuhkan dukungan profesional. Sementara itu, Ayah didominasi dari dukungan formal karena adanya konsep maskulinitas dan stigma diri yang menilai mencari bantuan adalah sikap yang lemah. Dari berbagai sumber dukungan informal, dukungan dari pasangan dinilai lebih mampu mengurangi stres pengasuhan. Ayah dan ibu perlu dapat bekerjasama dan saling memberikan dukungan dalam mengasuh anak tunarungu guna dapat mengurangi stres pengasuhan dengan efektif.

**Kata kunci** : anak tunarungu, dukungan sosial, stres pengasuhan

**ABSTRACT**

*Parents play an important role in a child's development, so parenting stress can have a negative impact on the child. This includes parents of deaf child (PODC), whose impact is not only on the child, but also on the parents themselves. Social support is one way to reduce parenting stress in PODC. This study aims to analyze the forms of social support needed by PODC to reduce caregiving stress. This study used a systematic literature review with PRISMA guidelines. The results showed that the social support needed by PODC varies based on the function, type, and context of the situation they are in. Among the different variations of social support, information support is the most needed support function to be able to reduce parenting stress. Meanwhile, the preference of using support from professionals (formal support) and family or friends (informal support) may differ based on gender. Mothers who take on more parenting roles need more professional support. Meanwhile, fathers are dominated by formal support due to the concept of masculinity and the self-stigma that seeking help is a weak stance. Of the various sources of informal support, support from spouses is considered more capable of reducing parenting stress. Fathers and mothers need to be able to work together and provide mutual support in parenting deaf children in order to effectively reduce parenting stress.*

**Keywords** : social support, parenting stress, deaf and hard of hearing child

**PENDAHULUAN**

Pengasuhan yang dilakukan oleh orang tua atau pengasuh (*caregivers*) memiliki peran yang sangat penting bagi perkembangan anak. Bahkan menurut *American Psychological Association* (*American Psychological Association*, 2023), dukungan dari orang tua, keluarga dan pengasuh memegang peran penting dalam membantu anak dan remaja untuk mengatasi

kesulitan, terutama ketika anak dan remaja menemui stigma atau prasangka yang berhubungan dengan ras, etnis, jenis kelamin, seksualitas, disabilitas, berat badan atau status sosial-ekonomi. Dukungan dari orang tua dapat meningkatkan motivasi anak untuk belajar (Sari & Daulay, 2024), meningkatkan kepercayaan diri, menjadi pribadi yang terbuka hingga berani di lingkungan sosialnya (Kumala et al., 2022), serta meningkatkan perkembangan emosional dan sosial anak agar dapat membaur dengan anak-anak lainnya, termasuk anak non disabilitas (Ostian et al., 2024). Besarnya peran orang tua dalam menentukan perkembangan anak demi kesuksesan anak di berbagai aspek kehidupannya, tidak selalu dapat berjalan mulus. Umumnya orang tua yang memiliki anak tunarungu memiliki harapan agar anaknya dapat diterima oleh masyarakat. Pada saat sama juga memiliki perasaan cemas, keputusasaan, kesepian yang diakibatkan oleh kondisi anaknya dan respons dari masyarakat, hingga menyebabkan munculnya ketegangan dan stres yang bisa membuat orang tua merasa dikucilkan dari masyarakat (Kumala et al., 2022).

Secara umum, stres pengasuhan adalah suatu stres yang dialami oleh orang tua akibat adanya berbagai tantangan yang dihadapi orang tua tersebut dalam mengasuh anak, sekaligus beradaptasi dengan tuntutan pekerjaan (Gunjawate et al., 2023). Stres pengasuhan juga dapat didefinisikan sebagai kondisi aversif psikologis dan respons secara fisiologis yang muncul akibat mengalami situasi yang penuh tekanan dalam mengasuh anak (Deater-Deckard, 2004). Kondisi aversif psikologis dan respons secara fisiologis tersebut bisa terjadi karena adanya ketidakseimbangan antara persepsi orang tua terhadap tuntutan pengasuhan dengan sumber daya yang ada (Suwoto, 2023), yang berdampak pada kemampuan orang tua dalam mengasuh anak. Oleh sebab itu tidak hanya orang tua yang memiliki pekerjaan selain mengasuh, tetapi juga ibu rumah tangga atau orang tua yang bekerja di rumah juga memiliki stres pengasuhan.

Pada orang tua yang memiliki anak tunarungu, akan mengalami distres secara psikologis yang disebabkan oleh ketunarunguan anaknya dan implikasinya pada hidup dirinya dan keluarganya (Gunjawate et al., 2023; Kobosko, 2011; Kumala et al., 2022). Beberapa literatur telah membahas tentang bahwa *parenting stress* atau stres pengasuhan pada orang tua dengan anak tunarungu (PODC) cenderung lebih tinggi dibandingkan orang tua yang anaknya tidak memiliki disabilitas (Dammeyer et al., 2019; Gunjawate et al., 2023; Whicker et al., 2019). Mereka tidak hanya perlu menyiapkan anaknya menghadapi stigma disabilitas tetapi juga memegang peran yang krusial dalam proses intervensi perkembangan bahasa atau manajemen intervensi lainnya (Kasin et al., 2020). Namun pada prosesnya, PODC dapat mengalami stres akibat kelelahan secara emosi, kognitif, dan fisik (Gunjawate et al., 2023; Ostian et al., 2024; Whicker et al., 2019).

Sudah ada berbagai penelitian yang melaporkan stres pengasuhan tinggi yang dialami orang tua tunarungu dapat memengaruhi kesehatan mental orang tua (Dammeyer et al., 2019; Whicker et al., 2019), perkembangan anaknya (Kasin et al., 2020; Szarkowski & Dirks, 2021), kualitas hidup orang tua, hubungan orang tua dengan anak, dan fungsional anak dari aspek akademik, sosial, dan kognitif (J. Park & Yoon, 2018), fungsional psikososial orang tua terganggu, pengembangan sosioekonomi yang terkendala, dan terjadi gangguan dalam hubungan marital (Gunjawate et al., 2023). Secara konkret, Ketika orang tua mengalami stres pengasuhan maka mereka tidak bisa melakukan tugasnya yaitu memberikan dukungan pada anaknya yang memiliki disabilitas pendengaran atau merupakan anak tunarungu. Ketika orang tua tidak bisa memberikan dukungan atau tidak terlibat dalam interaksi anaknya maka proses rehabilitasi, intervensi hingga pemberian stimulasi yang sesuai dengan perkembangan anaknya pun juga terganggu.

Ketika proses rehabilitasi, intervensi dan pendampingan perkembangan anaknya terganggu maka anak tunarungu tidak mendapatkan persiapan yang cukup memadai untuk mengatasi kesulitan dalam kehidupan, mulai dari masalah yang berkaitan dengan stigma disabilitas hingga perkembangan anak yang terganggu. Umumnya terdapat tiga faktor

penyebab orang tua yang memiliki anak disabilitas mengalami stres pengasuhan, yaitu masalah yang muncul dari sisi anak, faktor orang tua dan faktor situasional. Dari sisi anak, masalah terkait perkembangan psikososial anak, usia anak, masalah fungsional anak, perilaku mengganggu, hingga anak berkonflik dengan guru atau teman. Faktor orang tua adalah depresi maternal, kecemasan, persepsi terkait kemampuan anak, kualitas relasi anak-orang tua yang termasuk attachment. Faktor situasional adalah dukungan sosial, tingkat pendidikan, kepuasan terhadap dukungan yang didapatkan, kepuasan dalam pekerjaan, kepuasan hubungan marital, status ekonomi, hingga kekhawatiran sosioemosional yang berkaitan dengan reaksi dan penerimaan masyarakat (Dammeyer et al., 2019; Fang et al., 2024; Gunjawate et al., 2023; Ostian et al., 2024; J. Park & Yoon, 2018). Gunjawate et al. (2023) juga mengatakan bahwa orang tua anak tunarungu yang mengalami stres pengasuhan akibat masalah ketunarungan atau perkembangan anak, cenderung cenderung akan bergantung pada dukungan dan bantuan yang ditawarkan oleh para professional.

Dukungan sosial didefinisikan sebagai kenyamanan, kepedulian, penghargaan atau bantuan yang tersedia dari suatu kelompok atau individu ke seseorang yang membutuhkan (Sarafino & Smith, 2019). Dukungan ini bisa berasal dari berbagai sumber, yang dapat dibagi menjadi dukungan sosial formal dan informal. Dukungan dari para profesional merupakan jenis dukungan sosial formal, bertujuan untuk mendapatkan informasi, pelatihan, dan pengetahuan yang dibutuhkan untuk mengasuh anak mereka. Dukungan informal didapatkan anggota keluarga, teman dan tetangga. Dukungan informal bisa berupa dukungan instrumental atau materi, yaitu ada pihak lain yang dapat memberikan sumber dayanya agar orang tua dapat mengasuh anak, dan dukungan emosional seperti semangat atau kesempatan untuk didengarkan masalahnya (Avery et al., 2022).

Dukungan sosial juga bisa dibagi berdasarkan bentuk dukungan yang diberikan, yaitu (1) dukungan emosional, berupa pemberian empati, semangat, kepedulian, perhatian dan penghargaan positif kepada seseorang, (2) dukungan instrumental yaitu pemberian bantuan secara langsung secara fisik atau materiil seperti meminjamkan uang atau membantu mengerjakan tugas, (3) dukungan informasional yaitu pemberian saran, arahan, atau umpan balik terhadap kondisi seseorang, yang bisa dilakukan oleh keluarga, teman hingga para professional, (4) dukungan persahabatan (*companionship support*), berupa ketersediaan orang lain untuk menghabiskan waktu bersama sehingga dapat memberikan perasaan diterima sebagai kelompok dengan minat atau kegiatan sosial yang sama (Sarafino & Smith, 2019).

Saat ini ada banyak literatur yang telah menjelaskan pentingnya dukungan sosial bagi orang tua yang memiliki anak tunarungu, guna mengurangi stres pengasuhannya (Gunjawate et al., 2023; Ostian et al., 2024; G.-A. Park & Lee, 2022; Whicker et al., 2019). Namun masih sedikit artikel studi yang menjelaskan gambaran dukungan sosial bagi PODC. Oleh sebab itu, studi ini akan melakukan kajian artikel-artikel ilmiah untuk mendapatkan pemahaman lebih lanjut mengenai gambaran dukungan sosial pada stres pengasuhan yang dialami oleh PODC. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis bagaimana dukungan sosial yang dibutuhkan oleh orang tua yang memiliki anak tunarungu untuk mengurangi stres pengasuhan yang dialami orang tua tersebut.

## METODE

Studi ini merupakan tinjauan literatur dengan metode pendekatan sistematik, atau *systematic literature review* (SLR). Tujuan metode ini adalah menganalisa beberapa literatur terkait pengaruh dukungan sosial pada stres pengasuhan orang tua yang memiliki anak tunarungu, guna mendapatkan insight baru. Peneliti menggunakan pedoman PRISMA atau (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*) untuk melakukan kajian literatur sistematis. Metode PRISMA memiliki 3 tahap utama langkah melakukan

tinjauan literatur sistematis, yaitu (1) identifikasi artikel penelitian atau literatur yang ada berdasarkan kata kunci, (2) skrining literatur-literatur yang muncul berdasarkan kriteria kelayakan untuk dilakukan tinjauan literatur sistematis, dan (3) menentukan literatur yang akan dipakai dalam penelitian ini.

Pencarian artikel yang akan menjadi data kajian literatur menggunakan basis data bersumber dari *Crossref*, *Cochrane*, dan *Google Scholar*. Kriteria inklusi artikel yang akan digunakan sebagai data kajian tinjauan literatur adalah (1) artikel dengan partisipan orang tua yang memiliki anak dengan disabilitas rungu atau merupakan anak tunarungu, (2) artikel studi menggunakan bahasa Indonesia dan bahasa Inggris, (3) artikel yang muncul berdasarkan kombinasi kata kunci “parenting stress”, “stres pengasuhan”, “deaf child”, “hearing impaired child”, “hearing impairment child”, “hard of hearing child”, “anak tunarungu”, “anak tuli”, “social support”, dan “dukungan sosial”. Dari 1990 artikel yang ditemukan, 165 dieliminasi karena tidak sesuai dengan kriteria inklusi, sehingga diperoleh 1825 artikel. Artikel yang didapat, kemudian disaring kembali berdasarkan kriteria inklusi metode kualitatif dan/atau metode kuantitatif, sehingga diperoleh 70 artikel. Namun, sejumlah 9 artikel tidak dapat diakses, sehingga hanya 61 artikel yang disaring lagi secara manual dengan cara membaca masing-masing abstrak dalam artikel tersebut. Berdasarkan penyaringan artikel secara manual untuk menemukan artikel yang relevan dengan tujuan dalam studi ini, sejumlah 55 artikel dieliminasi dan 6 artikel layak dilakukan analisa tinjauan literatur.

## HASIL

Berdasarkan hasil seleksi literatur yang relevan dengan topik penelitian, terdapat 6 artikel studi yang membahas tentang bagaimana dukungan sosial dapat memengaruhi stres pengasuhan orang tua yang memiliki anak yang memiliki anak tunarungu. Kedelapan artikel tersebut memiliki rentang tahun 2014 hingga 2023 (tabel 1). Dari keenam artikel yang didapat, semuanya memberikan hasil bahwa stres pengasuhan yang dialami PODC bisa dikurangi jika mereka memiliki dukungan sosial.

**Tabel 1. Tabel Studi yang Digunakan Sebagai Data Untuk Tinjauan Literatur Sistematis**

Nama dan Judul Penelitian	Karakteristik Partisipan	Hasil
Sarant & Garrard (2014) <i>Parenting Stress in Parents of Children With Cochlear Implants: Relationships Among Parent Stress, Child Language, and Unilateral Versus Bilateral Implants</i> (2014)	86 ibu dan 2 ayah dengan anak tunarungu dengan rentang usia 5-8 tahun	Dukungan sosial secara informal dan formal yang bersumber dari luar keluarga, dirasakan dapat mengurangi stres pengasuhan secara moderat [ $r(68) = .57, p = .00$ ]. Di sisi lain, dukungan sosial secara informal yang berasal dari pasangan, memiliki korelasi yang lebih tinggi dengan level stres [ $r(68) = .76, p = .00$ ].
Zaidman-Zait et al. (2016) <i>The Impact of Childhood Hearing Loss on the Family: Mothers' and Fathers' Stress and Coping Resources</i> .	60 orang tua dengan anak tunarungu dengan berusia 3-8 tahun	Orang tua merasa dukungan sosial secara formal (95% CI [2.77,3.46]) lebih bisa didapatkan daripada secara informal (95% CI [1.54,2.13]). Ibu merasa dukungan sosial secara formal ( $p = -0.41$ ) lebih dapat mengurangi stres pengasuhan daripada secara informal ( $p = -0.36$ ). Ayah merasa dukungan sosial secara formal ( $p = -0.31$ ) dan informal ( $p = -0.33$ ) sama-sama dapat menurunkan stres pengasuhan.
Levinger & Alhuzail (2018) <i>Bedouin Hearing Parents of Children With Hearing Loss: Stress, Coping, and Quality of Life</i>	84 orang tua dengan anak tunarungu berusia 1-16 tahun	Orang tua yang mengalami stres pengasuhan disebabkan oleh masalah fungsional anak (hubungan dengan anak dan kesulitan menangani anak), cenderung akan mencari dukungan informal dari keluarga dan teman ( $p = 0.419$ dan $p = 0.373$ ) untuk menurunkan stres pengasuhannya. Namun dukungan informal lebih banyak didapatkan pada

		anak berusia 6-12 tahun daripada pada periode usia anak lainnya.
Zhao et al. (2021) <i>The Mediating Role of Social Support in the Relationship Between Parenting Stress and Resilience Among Chinese Parents of Children with Disability.</i>	81 orang tua yang memiliki anak tunarungu berusia 0-12 tahun (dari 486 partisipan orang tua yang memiliki anak semua jenis disabilitas)	Dukungan sosial secara formal dan informal sebagai perantara antara stres pengasuhan dengan resiliensi, memiliki hubungan atau korelasi secara langsung ( $p = -0.35$ ), dan secara tidak langsung ( $p = -0.12$ ). Dukungan sosial secara formal dan informal tersebut terdiri dari dukungan sosial secara obyektif ( $p = -0.01$ ), dukungan sosial secara subjektif ( $p = -0.07$ ), dan penggunaan dukungan sosial atau individu aktif mencari dukungan sosial ( $p = -0.03$ ).
Fu et al. (2023) <i>Parenting Stress and Parenting Efficacy of Parents Having Children with Disabilities in China: The Role of Social Support</i>	102 orang tua dengan anak tunarungu dari 374 orang tua dengan anak semua jenis disabilitas	Stres pengasuhan berkorelasi negatif dengan efikasi diri orang tua ( $r = -0.31$ , $p < 0.01$ ). Stres pengasuhan dan dukungan sosial berkorelasi negatif secara signifikan ( $r = -0.30$ , $p < 0.01$ ). Efikasi diri pengasuhan berkorelasi positif dengan dukungan sosial ( $r = 0.22$ , $p < 0.01$ ). Dukungan sosial yang dimaksudkan pada studi ini adalah dukungan secara emosional, informasi, dan bantuan instrumental dari para profesional (dukungan formal), dan keluarga atau teman (dukungan informal).
Marie et al. (2023) <i>Parenting stress and needs for social support in mothers and fathers of deaf or hard of hearing children.</i>	27 ayah dan ibu yang memiliki anak tunarungu berusia rata-rata 3,48 tahun	Tidak ada perbedaan nilai Wilcoxon's rank test pada kebutuhan dukungan sosial formal dan informal pada ibu, tetapi dukungan formal lebih dibutuhkan oleh ayah untuk mengurangi stres pengasuhan ( $z = 269$ , $p = 0.004$ ). Terdapat beberapa bentuk dukungan sosial yang sama-sama dibutuhkan oleh ayah dan ibu, yaitu [1] Baik ayah (85%) dan ibu (81%) membutuhkan dukungan informasi terkait layanan rehabilitasi atau intervensi yang tersedia untuk anaknya. [2] Ayah (81%) dan ibu (85%) membutuhkan dukungan berupa informasi terkait kondisi anaknya. [3] Ayah (63%) dan ibu (78%) membutuhkan dukungan sosial berupa berdiskusi dan bertemu dengan orang tua lain yang juga memiliki anak tunarungu. [4] ayah (63%) dan ibu (63%) butuh dukungan dari psikolog atau guru. [5] ayah (59%) dan ibu (63%) butuh dukungan peralatan khusus untuk anaknya. [6] ayah (56%) dan ibu (70%) butuh dukungan berupa informasi terkait cara mengajarkan anaknya. Ayah secara spesifik membutuhkan dukungan berupa informasi terkait bagaimana anak mereka bisa berkembang (67%), dan bantuan finansial untuk membayar pengasuh atau respite care (59%). Sementara ibu secara spesifik membutuhkan dukungan berupa informasi cara menangani perilaku anak (89%) dan mendapatkan kesempatan untuk beristirahat dan menghabiskan waktu untuk diri sendiri (78%).

## PEMBAHASAN

Berdasarkan paparan mengenai rincian artikel yang menjadi data dalam studi ini, terdapat 4 studi yang membagi dukungan sosial menjadi 2 sumber yaitu dukungan formal dan informal (Levinger & Alhuzail, 2018; Marie et al., 2023; Sarant & Garrard, 2014; Zaidman-Zait et al., 2016). Terdapat 1 studi yang membagi dukungan sosial berdasarkan fungsinya, yaitu dukungan instrumental (bantuan yang diberikan secara fisik atau material), emosional, dan informasi (Fu dkk., 2023), terdapat 1 studi yang membagi dukungan sosial menjadi 3 jenis, yaitu dukungan sosial secara subyektif, dukungan sosial secara obyektif dan penggunaan dukungan sosial atau orang tua aktif mencari dukungan sosial yang ada (Zhao et al., 2021). Jika dilihat dari fungsi dukungan sosial, bentuk dukungan yang sangat dibutuhkan oleh orang tua adalah dukungan

berupa informasi. Dukungan informasi bisa didapatkan dari para profesional yang memberikan saran dan informasi terkait perkembangan anak tunarungu, layanan rehabilitasi yang dibutuhkan saat ini dan di masa depan, penggunaan alat bantu dengar, hingga kondisi anaknya secara umum (Marie et al., 2023; Zaidman-Zait et al., 2016). Orang tua lain yang memiliki anak tunarungu juga dapat menjadi sumber dukungan informasi, melalui pemberian informasi yang relevan terkait mengasuh anaknya seperti cara menghadapi anak dan masalah fungsional anaknya (Levinger & Alhuzail, 2018).

Dari keempat studi yang menggunakan istilah dukungan formal dan informal, terdapat variasi besar kebutuhan dukungan formal dan informal yang dibutuhkan oleh ayah dan ibu yang memiliki anak tunarungu untuk mengurangi stres pengasuhannya. Stres pengasuhan yang dialami oleh ibu, lebih dapat berkurang jika ia memiliki dukungan sosial formal dari profesional karena mereka lebih sering terlibat dalam pengasuhan anaknya (Marie et al., 2023; J. Park & Yoon, 2018; Sarant & Garrard, 2014; Zaidman-Zait et al., 2016). Sementara preferensi penggunaan dukungan formal memiliki hasil yang bervariasi. Studi yang dilakukan oleh Zaidman-Sat dkk (2016) melaporkan bahwa ayah dapat mengurangi stres pengasuhan jika mendapatkan dukungan sosial informal dan formal. Namun hasil berlawanan dilaporkan oleh studi yang dilakukan Marie dkk., (2023) yaitu ayah justru lebih bisa mengurangi stres pengasuhannya jika memiliki dukungan formal. Hasil penelitian Marie dkk., (2023) ini konsisten dengan penelitian yang dilakukan oleh dua studi terdahulu yang melaporkan bahwa ayah sangat membutuhkan dukungan dari para profesional (Hintermair, 2006; Hintermair & Sarimski, 2019).

Kecenderungan laki-laki untuk mencari bantuan formal bisa dikarenakan adanya konstruksi maskulinitas yang membuat laki-laki dituntut untuk bisa kuat dan menyelesaikan masalahnya sendiri, sehingga memunculkan stigma pada diri sendiri yang mengaitkan perilaku mencari bantuan adalah sikap lemah (Vebiana & Ariana, 2023). Di sisi lain, laki-laki juga merasakan manfaat dari mendapatkan dukungan sosial informal untuk mengurangi stres pengasuhan (Zaidman-Zait et al., 2016), bisa disebabkan karena mereka telah mendapatkan bantuan saran untuk menyelesaikan masalah dari keluarganya terutama dari ibunya (Qiu et al., 2024).

Sementara pada studi lainnya, menunjukkan bahwa orang tua lebih dapat mengurangi stres pengasuhannya jika memiliki dukungan sosial informal (Levinger & Alhuzail, 2018; Sarant & Garrard, 2014). Terutama jika dukungan tersebut didapatkan dari pasangannya. Ketika suami dan istri menggunakan strategi coping yang berbeda untuk menghadapi stres pengasuhan, akan dapat menimbulkan konflik dalam marital (Dammeyer et al., 2019), sehingga justru menjadi beban tambahan yang dapat membuat orang tua mengalami stres pengasuhan. Situasi ini dapat diperparah ketika ayah tidak hadir secara emosional dalam hubungan marital dengan ibu untuk bersama-sama membesarkan anaknya. Hal ini terutama dirasakan pada budaya yang memiliki batasan atau pembagian peran antara suami dan istri berupa suami memiliki peran untuk mencari nafkah, sementara istri bertanggungjawab dalam membesarkan anak. Umumnya si istri atau ibu dari anak tunarungu pada budaya tersebut, merasa kesulitan untuk membangun komunikasi antara ayah dengan anaknya sehingga dapat mengakibatkan kelelahan dan stres karena harus terus menerus menjadi perantara antara anak dan ayah (J. Park & Yoon, 2018). Kondisi minimnya keterlibatan ayah dalam pengasuhan anak membuat ibu menjadi sangat membutuhkan dukungan berupa menghabiskan waktu untuk diri sendiri, yang merupakan salah satu kebutuhan tertinggi (Marie et al., 2023).

Dukungan sosial informal lebih mudah didapatkan bagi orang tua yang tidak bisa mengakses dukungan sosial formal, seperti pada studi Levinger & Alhuzail (2018) yang melibatkan kelompok minoritas yang berada di lokasi yang sedang berkonflik secara politik, hukum dan sosial sebagai partisipan penelitiannya. Kondisi yang rentan tersebut membuat orang tua menjadi sulit untuk mendapatkan dukungan sosial formal untuk mengatasi masalah

fungsional anaknya. Manfaat lain dari memiliki dukungan sosial informal adalah adanya hubungan saling menguntungkan dan saling berhubungan, sehingga membuat PODC merasa dipahami, diapresiasi, merasa nyaman dan diterima di lingkungannya, sehingga orang tua menjadi lebih mampu menghadapi situasi yang sulit (Henderson et al., 2014). Ketika orang tua merasa nyaman dengan lingkungannya maka tercipta hubungan emosional, timbal balik dan persahabatan antar orang tua dengan orang tua lain atau dengan keluarga dan teman (Lauzier-Jobin & Houle, 2022). Dukungan sosial informal ini juga dinilai dapat memberikan dukungan emosional yang sifatnya langsung dan positif memengaruhi kesejahteraan seseorang daripada sekadar dukungan informasi dan instrumental (Shiba et al., 2016).

Berbeda halnya pada sebagian orang tua, terutama yang tinggal di komunitas perdesaan, mereka cenderung berhati-hati mencari dan menggunakan dukungan sosial informal. Kehati-hatian mencari dukungan informal ini dikarenakan PODC bisa mengalami diskriminasi sosial, berpotensi menurunnya keamanan ekonomi, dukungan terkait perkembangan anak, hingga menurunnya partisipasi sosial di Masyarakat (Fu et al., 2023). Situasi ini berbeda dengan pemberian dukungan formal dari profesional karena mereka secara sukarela memilih menjadi profesional yang bertugas membantu orang yang membutuhkan, sehingga bantuan dari profesional ini lebih disengaja dan dipikirkan secara matang serta minim diskriminasi (Lauzier-Jobin & Houle, 2022).

## **KESIMPULAN**

Bentuk dukungan sosial yang dibutuhkan orang tua dengan anak tunarungu (PODC) bervariasi berdasarkan fungsi, jenis, dan konteks situasi mereka berada. Dukungan informasi adalah fungsi dukungan yang paling dibutuhkan untuk dapat mengurangi stres pengasuhan. Orang tua membutuhkan informasi terkait penanganan anaknya dari para profesional dan keluarga atau teman. Sementara itu, preferensi penggunaan jenis dukungan dari profesional (dukungan formal) dan keluarga atau teman (dukungan informal) bisa berbeda berdasarkan jenis kelamin. Ibu yang banyak mengambil peran mengasuh anak lebih membutuhkan dukungan profesional, meski ia juga membutuhkan dukungan informal dari keluarga, teman dan pasangannya untuk dapat memiliki waktu sendiri dan beristirahat dari mengasuh anaknya. Preferensi ayah memiliki hasil yang bervariasi namun didominasi dari dukungan formal, karena adanya konsep maskulinitas dan stigma diri yang menilai mencari bantuan adalah sikap yang lemah.

Dukungan informal adalah jenis yang fleksibel karena mudah diakses, tetapi juga sangat membutuhkan keterbukaan komunitas tempat orang tua tinggal untuk menerima perbedaan atau menormalisasikan disabilitas. Dari berbagai sumber dukungan informal, dukungan dari pasangan dinilai lebih mampu mengurangi stres pengasuhan. Ayah dan ibu perlu dapat bekerjasama dan saling memberikan dukungan dalam mengasuh anak tunarungu guna dapat mengurangi stres pengasuhan dengan efektif. Secara umum, guna dapat memberikan bantuan atau dukungan sosial pada orang tua yang memiliki anak tunarungu dengan efektif, perlu memperhatikan peran gender, dinamika keluarga, dan konteks sosial-budaya untuk mengurangi stres pengasuhan dengan optimal.

## **UCAPAN TERIMAKASIH**

Penulis menyampaikan terimakasih kepada semua pihak yang terlibat dalam penulisan artikel ini, termasuk pada dosen pembimbing atas bimbingan, arahan, dan dukungan yang diberikan selama proses penulisan artikel ini. Ucapan terimakasih dan apresiasi juga disampaikan kepada Program Studi Magister Psikologi Profesi Universitas Surabaya yang telah memberikan dukungan dan memfasilitasi perwujudan artikel ini.

**DAFTAR PUSTAKA**

- American Psychological Association.* (2023, August). *Parents and caregivers are essential to children's healthy development.* American Psychological Association. <https://www.apa.org/topics/families/parents-caregivers-kids-healthy-development>
- Avery, K., Van Rhijn, T., & Maich, K. (2022). *Understanding the Role of Formal and Informal Support Resources for Parents of Children with Autism Spectrum Disorder.* Canadian Journal of Family and Youth/Le Journal Canadien de Famille et de La Jeunesse, 14(3), 32–51. <https://doi.org/10.29173/cjfy29791>
- Dammeyer, J., Hansen, A. T., Crowe, K., & Marschark, M. (2019). *Childhood hearing loss: Impact on parents and family life.* International Journal of Pediatric Otorhinolaryngology, 120, 140–145. <https://doi.org/10.1016/j.ijporl.2019.02.027>
- Deater-Deckard, K. (2004). *Parenting Stress.* Yale University Press. <https://doi.org/10.12987/yale/9780300103939.001.0001>
- Fang, Y., Luo, J., Boele, M., Windhorst, D., van Grieken, A., & Raat, H. (2024). *Parent, child, and situational factors associated with parenting stress: A systematic review.* European Child & Adolescent Psychiatry, 33(6), 1687–1705. <https://doi.org/10.1007/s00787-022-02027-1>
- Fu, W., Li, R., Zhang, Y., & Huang, K. (2023). *Parenting Stress and Parenting Efficacy of Parents Having Children with Disabilities in China: The Role of Social Support.* International Journal of Environmental Research and Public Health, 20(3), Article 3. <https://doi.org/10.3390/ijerph20032133>
- Gunjawate, D. R., Ravi, R., & Driscoll, C. (2023). *Stress among Parents of Children with Hearing Loss and How They Deal with It: A Systematic Review.* International Archives of Otorhinolaryngology, 27(1), e166–e177. <https://doi.org/10.1055/s-0042-1743273>
- Henderson, R. J., Johnson, A., & Moodie, S. (2014). *Parent-to-Parent Support for Parents With Children Who Are Deaf or Hard of Hearing: A Conceptual Framework.* American Journal of Audiology, 23(4), 437–448. [https://doi.org/10.1044/2014\\_AJA-14-0029](https://doi.org/10.1044/2014_AJA-14-0029)
- Hintermair, M. (2006). *Parental Resources, Parental Stress, and Socioemotional Development of Deaf and Hard of Hearing Children.* Journal of Deaf Studies and Deaf Education, 11(4), 493–513. <https://doi.org/10.1093/deafed/enl005>
- Hintermair, M., & Sarimski, K. (2019). *Fathers of Deaf and Hard-of-Hearing Infants and Toddlers—Experiences, Needs, and Challenges.* Journal of Deaf Studies and Deaf Education, 24(2), 84–94. <https://doi.org/10.1093/deafed/eny040>
- Kasin, C., Munoz, K., Ong, C., Whicker, J., & Twohig, M. (2020). *Well-being of Parents of Children Who Are Deaf or Hard of Hearing.* 5, 86–97.
- Kobosko, J. (2011). *Parenting A Deaf Child – How Hearing Parents Copewith The Stress Of Having Deaf Children.* Journal of Hearing Science, 1(3), 38–42. <https://doi.org/10.17430/882157>
- Kumala, F. N. F., Kamalia, A., & Khotimah, S. K. (2022). Gambaran Dukungan Sosial Keluarga yang Memiliki Anak Tuna Rungu. Personifikasi: Jurnal Ilmu Psikologi, 13(1), Article 1. <https://doi.org/10.21107/personifikasi.v13i1.13292>
- Lauzier-Jobin, F., & Houle, J. (2022). *A comparison of formal and informal help in the context of mental health recovery.* The International Journal of Social Psychiatry, 68(4), 729–737. <https://doi.org/10.1177/00207640211004988>
- Levinger, M., & Alhuzail, N. A. (2018). *Bedouin Hearing Parents of Children With Hearing Loss: Stress, Coping, and Quality of Life.* American Annals of the Deaf, 163(3), 328–355. <https://doi.org/10.1353/aad.2018.0022>
- Marie, A., Clabaut, L., Corbeil, M., Vanlerberghe, C., Vincent-Delorme, C., & Le Driant, B. (2023). *Parenting stress and needs for social support in mothers and fathers of deaf or*

- hard of hearing children. Frontiers in Psychology, 14.*  
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1229420>
- Ostian, R. N., Bahar, J. M. N., Madafi, H. L. D. A., Fahmy, Z., & Masfia, I. (2024). Fenomenologi Orang Tua Dalam Mengasuh Anak Tunarungu. PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Psikologi, 4(2), 146–154.  
<https://doi.org/10.51878/paedagogy.v4i2.2969>
- Park, G.-A., & Lee, O. N. (2022). *The Moderating Effect of Social Support on Parental Stress and Depression in Mothers of Children with Disabilities. Occupational Therapy International*, 2022(1), 5162954. <https://doi.org/10.1155/2022/5162954>
- Park, J., & Yoon, J. (2018). *A Phenomenological Study of Parenting Stress Among Korean Mothers of Deaf Children. American Annals of the Deaf*, 163(4), 440–462.  
<https://doi.org/10.1353/aad.2018.0028>
- Qiu, L., Xu, H., Li, Y., Zhao, Y., & Yang, Q. (2024). *Gender differences in attitudes towards psychological help-seeking among chinese medical students: A comparative analysis. BMC Public Health*, 24, 1314. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-18826-x>
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2019). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions, 9th Edition: Biopsychosocial Interactions* (9th ed.). John Wiley & Sons Inc.
- Sarant, J., & Garrard, P. (2014). *Parenting Stress in Parents of Children With Cochlear Implants: Relationships Among Parent Stress, Child Language, and Unilateral Versus Bilateral Implants. Journal of Deaf Studies and Deaf Education*, 19(1), 85–106.  
<https://doi.org/10.1093/deafed/ent032>
- Sari, I. M., & Daulay, A. A. (2024). Studi Kasus Analisis Dukungan Orang Tua dalam Memotivasi Belajar Anak. *Psyche 165 Journal*, 261–267.  
<https://doi.org/10.35134/jpsy165.v17i3.432>
- Shiba, K., Kondo, N., & Kondo, K. (2016). *Informal and Formal Social Support and Caregiver Burden: The AGES Caregiver Survey. Journal of Epidemiology*, 26(12), 622–628.  
<https://doi.org/10.2188/jea.JE20150263>
- Suwoto, A. (2023). Menurunkan stres pengasuhan pada ibu dengan anak berkebutuhan khusus. *Procedia : Studi Kasus Dan Intervensi Psikologi*, 11, 55–62.  
<https://doi.org/10.22219/procedia.v11i2.24345>
- Szarkowski, A., & Dirks, E. (2021). *Fathers of Young Deaf or Hard-of-Hearing Children: A Systematic Review. The Journal of Deaf Studies and Deaf Education*, 26(2), 187–208.  
<https://doi.org/10.1093/deafed/enaa039>
- Vebiana, D., & Ariana, A. D. (2023). Maskulinitas dan Intensi Mencari Bantuan pada Laki-Laki Dewasa Awal: Stigma Diri sebagai Mediasi. *Proceeding Series Of Psychology*, 1(2), Article 2.
- Whicker, J. J., Muñoz, K., & Nelson, L. H. (2019). *Parent challenges, perspectives and experiences caring for children who are deaf or hard-of-hearing with other disabilities: A comprehensive review. International Journal of Audiology*, 58(1), 5–11.  
<https://doi.org/10.1080/14992027.2018.1534011>
- Zaidman-Zait, A., Most, T., Tarrasch, R., Haddad-eid, E., & Brand, D. (2016). *The Impact of Childhood Hearing Loss on the Family: Mothers' and Fathers' Stress and Coping Resources. Journal of Deaf Studies and Deaf Education*, 21(1), 23–33.  
<https://doi.org/10.1093/deafed/env038>
- Zhao, M., Fu, W., & Ai, J. (2021). *The Mediating Role of Social Support in the Relationship Between Parenting Stress and Resilience Among Chinese Parents of Children with Disability. Journal of Autism and Developmental Disorders*, 51(10), 3412–3422.  
<https://doi.org/10.1007/s10803-020-04806-8>