

# STUDI FENOMENOLOGI: PENGALAMAN EMOSIONAL MENJADI CAREGIVER ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS DI PANTI ASUHAN BHAKTI LUHUR BANJARMASIN

Annastasia Hoar Berek<sup>1</sup>, Sapariah Anggraini<sup>2</sup>, Lanawati<sup>3</sup>

[annastasiahoarberek@gmail.com](mailto:annastasiahoarberek@gmail.com)

## INTISARI

**Latar Belakang** Fenomena menjadi *caregiver* bagi Anak Berkebutuhan Khusus bukan suatu pekerjaan yang mudah. Tugas utama dan tambahan yang diberikan sering membuat *caregiver* merasa kelelahan, kejenuhan dan marah. Tugas dan beban yang tinggi inilah yang sering membawa stres dari tanggung jawabnya sebagai *caregiver*.

**Tujuan Penelitian** : Mengeksplorasi makna pengalaman *caregiver* Panti Asuhan Bhakti Luhur Banjarmasin dalam merawat ABK.

**Metode** : Penelitian ini menggunakan metode Kualitatif dengan pendekatan Fenomenologi interpretatif. Pengumpulan data dilakukan menggunakan teknik *indept interview* dengan bantuan daftar pertanyaan yang sudah disusun peneliti. Analisis data dilakukan menggunakan teknik 7-steps of IPA. Partisipan berjumlah 5 orang yang dipilih dengan teknik *purposive sampling* dengan kriteria inklusi: (1) Tugas utama adalah merawat ABK, 2) Bersedia menjadi informan, 3) Selama proses wawancara bersedia direkam suara atau video.

**Hasil** : Penelitian ini menghasilkan 4 tema utama yaitu; (1) Realitas pekerjaan tidak sesuai teori , (2) Kondisi pencetus emosional, (3) Tujuan kerja tidak tercapai (4) Beban psikologis emosional *caregiver* ,

**Kesimpulan** : Pengalaman *caregiver* yang terlibat dalam penelitian ini memaknai pengalamannya bahwa menjadi *caregiver* bagi ABK bukan suatu pekerjaan yang mudah. Tugas utama dan tambahan yang diberikan sering membuat *caregiver* merasa kelelahan, kejenuhan dan marah. Tugas dan beban yang tinggi inilah yang sering membawa stres dari tanggung jawabnya sebagai *caregiver*.

**Kata Kunci** : Pengalaman, *Caregiver*, ABK, Tugas dan beban.

---

<sup>1</sup>Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Suaka Insan Banjarmasin

<sup>2,3</sup>Dosen Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Suaka Insan Banjarmasin

## PENDAHULUAN

Anak berkebutuhan khusus atau ABK merupakan anak dengan keterbatasan fisik, mental, intelektual maupun sosial. keterbatasan yang dimiliki ABK mengakibatkan terhambatnya proses pemenuhan kebutuhan dasar hidup di keseharian. Fenomena ABK ditiptkan di panti asuhan oleh anggota keluarga bukanlah fenomena yang baru. Penitipan ABK di panti asuhan terjadi karena berbagai alasan dan latar belakang umumnya alasan tersebut berkaitan dengan persepsi orang tua atau

keluarga bahwa merawat ABK membutuhkan tenaga dan perhatian yang ekstra. Sehingga, kondisi tersebut menjadi tantangan terutama bagi orang tua yang memiliki tanggung jawab lainnya dalam keluarga (Retnaningsih et al. 2016), Inilah yang mengakibatkan, beberapa ABK umumnya ditemukan di panti asuhan. Salah satunya, Panti Asuhan Bhakti Luhur Banjarmasin, melaporkan sejumlah 46 anak ABK yang tinggal dan ditiptkan oleh orang tuanya di panti asuhan tersebut. ABK yang ada di Panti asuhan Bhakti Luhur tercatat memiliki beragam keterbatasan dan keseluruhannya

harus mendapatkan bantuan dalam memenuhi kebutuhan dasar sehari-hari.

Tugas utama *caregiver* yang bertumpang tindih dengan tugas di rumah tangga dan pekerjaan sering kali memunculkan *caregiver burden* (Retnaningsih, 2016). Studi Rha *et al* mengklasifikasikan *Caregiver burden* dapat berupa beban fisik, beban psikologis, beban sosial dan beban finansial. *Caregiver burden* tersebut akan sangat mempengaruhi status kesehatan *Caregiver* itu sendiri.

Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti terhadap salah satu *Caregiver* ABK di Panti Asuhan Bhakti Luhur pada tanggal 21 Oktober 2021 melewati *indepth interview*, mencatat beberapa hal penting yang perlu diantisipasi. Diakui oleh *caregiver* bahwa sering merasakan kebosanan, jenuh, jengkel dan marah selama mengasuh ABK. Selain tugas utama mengasuh, *caregiver* juga dibebankan pula berkaitan dengan tanggung jawab dokumentasi yang wajib dilakukan sebagai *caregiver* profesional seperti membuat administrasi anak, merancang aktivitas sehari-hari, membuat ketrampilan bersama ABK, berkebun, kunjungan ke ABK lain di luar panti. Tugas tersebut diakui tidak mudah untuk dijalankan.

*Caregiver* ABK di panti asuhan tersebut, juga tinggal 24 jam bersama dengan ABK yang diasuh, sehingga *caregiver* tidak memiliki waktu untuk diri sendiri. Sebagai pengasuh ABK yang tinggal menetap di panti, tugas *caregiver* tidak hanya fokus mengasuh ABK tetapi juga mengerjakan pekerjaan rumah tangga di Panti. Tugas ini diakui oleh *caregiver* tersebut sebagai sumber stres. *Caregiver* menganggap bahwa menjadi pengasuh ABK membuat ia tidak bisa menjalani hidup layaknya anak muda. Adanya ikatan kontrak dari yayasan dan aturan yang mewajibkan untuk fokus melayani dan mengabaikan keinginannya untuk berekreasi secara bebas, dianggap sebagai penyebab ia merasa jenuh.

*Caregiver* ABK mengakui pula bahwa kondisi ABK yang tidak stabil dan kebutuhan dasar ABK yang masih dibantu sepenuhnya, sering mengganggu waktu istirahat *caregiver*,

sehingga *caregiver* seringkali merasa marah bila mengalami kondisi tersebut. Rasa bosan diakui sering muncul hal ini dikarenakan kecenderungan ABK tidak mengalami perkembangan dalam memenuhi kebutuhan sehari-harinya, meskipun sudah dilatih terus menerus. Kondisi ini membuat *Caregiver* kehilangan semangat untuk melatih ABK dalam perkembangan untuk tiap kebutuhan hidup sehari-harinya. Kondisi ini membuat *caregiver* kehilangan semangat untuk melatih ABK kembali.

Kondisi yang diungkapkan *caregiver* tersebut, menjadi lebih berat lagi dikarenakan rasio antara *Caregiver* ABK dan jumlah ABK yang diasuh di panti tersebut tidak seimbang. Tercatat bahwa jumlah ABK sebanyak 46, dan *Caregiver* yang bertugas berjumlah sebanyak 12. Ini berarti satu *caregiver* di Panti Asuhan tersebut, bertanggung jawab terhadap 3 sampai 4 ABK dengan tingkat kebutuhan yang berbeda-beda. Disisi lain *caregiver* mengungkapkan perasaan campur aduk saat mengasuh ABK. Ada perasaan senang karena menganggap perilaku ABK sebagai sebuah hiburan tetapi juga merasakan sedih karena bekerja jauh dari kerabat keluarga. Sehingga, ada potensi bahwa beban yang dimiliki *caregiver* di panti asuhan tersebut berpotensi menjadi sumber stressor.

Sumber stressor yang tidak diatasi atau dimanajemen dengan baik dan adaptif, memiliki potensi untuk memunculkan masalah gangguan mental emosional pada *Caregiver* ABK. Buruknya, kondisi mental emosional *caregiver* dapat mempengaruhi pelayanan dan asuhan yang diberikannya kepada ABK. Pelayanan dan asuhan profesional pada ABK berpotensi untuk dilakukan dengan tidak maksimal, bahkan merugikan ABK nantinya. Pemaparan diatas menunjukkan bahwa peran *Caregiver* bukanlah peran yang mudah. Tugas dan tanggung jawab *Caregiver* dapat menjadi beban yang berpotensi menimbulkan banyak masalah emosional dan mempengaruhi kesejahteraan psikologis *caregiver*. Respon pengalaman yang ditunjukkan *Caregiver* dalam studi pendahuluan tersebut, menjadi gambaran

bahwa pada individu lain dengan tugas yang sama, potensi respon terhadap pengalaman bisa jadi lebih berat dari apa yang digambarkan oleh *Caregiver* di studi pendahuluan tersebut. Oleh sebab itu, bagaimana *Caregiver* memaknai pengalaman hidupnya menjadi pengasuh profesional bagi anak-anak ABK menjadi penting untuk dieksplorasi.

## METODOLOGI PENELITIAN

**Design :** Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian kualitatif studi fenomenologi. Penelitian kualitatif studi fenomenologi merupakan penelitian yang bertujuan untuk mencari makna dari sebuah peristiwa atau fenomena yang terjadi (Creswell, 2018).

### Tempat dan waktu penelitian :

Penelitian ini dilakukan di Panti Asuhan Bhakti Luhur Banjarmasin. Pemilihan tempat berdasarkan pertimbangan bahwa panti Asuhan tersebut merupakan tempat perawatan dan rehabilitasi ABK yang memiliki *caregiver* terlatih. Penelitian ini telah dilakukan pada tanggal 10 Maret 2022 sampai dengan 26 Mei 2022

Penelitian ini sudah mendapatkan kelaikan etik pada tanggal 15 Februari 2022 dengan nomor etik 029/UMB/KE/II/2022 tanpa revisi

## Hasil

1. Karakteristik partisipan berdasarkan usia responden

Tabel 4.1 karakteristik partisipan

No.	Karakteristik Partisipan	Sub karakteristik partisipan	Frekuensi	Kode partisipan	%
1.	Usia	12 s/d 16 tahun (remaja awal)	-	-	-
		17 s/d 25 tahun (remaja akhir)	5	P1, P2, P3, P4, P5	100%
		26 s/d 35 tahun (dewasa awal)	-	-	-
		36 s/d 45 tahun (dewasa akhir)	-	-	-
		46 s/d 55 tahun (lansia awal)	-	-	-
2.	Jenis kelamin	Laki-laki	-	-	-

## Partisipan penelitian:

Partisipan yang terlibat dalam penelitian ditetapkan berdasarkan kaidah saturasi data. Selama proses pengambilan data tersaturasi pada partisipan ketiga. Guna validasi kesaturasian data, peneliti melanjutkan kembali pengambilan data pada 2 (dua) partisipan lainnya. Pada partisipan ke 5 (lima) data telah benar-benar bersaturasi sehingga partisipan yang terlibat dalam penelitian ini berjumlah 5 (lima) orang.

Adapun pemilihan partisipan dilakukan menggunakan teknik *purposive sampling*, dengan kriteria inklusi yaitu : 1) Tugas utama adalah merawat ABK, 2) Bersedia menjadi informan, 3) Selama proses wawancara bersedia direkam suara atau video.

## Instrument penelitian

Instrumen utama penelitian ini adalah peneliti sendiri yang telah melalui tahap latihan wawancara. Instrumen tambahan antara lain lembar catatan lapangan, alat tulis, *smartphone*.

**Analisa data :** Proses analisis data menggunakan teknik *7 steps of IPA (Interpretative Phenomenology Analysis)* oleh (Charlick et al., 2016)

		Perempuan	5	P1, P2, P3, P4, P5	100%
3	Pendidikan	SD / sederajat	-	-	-
		SMP / sederajat	-	-	-
		SMA sederajat / SMK	3	P2, P3, P5	60%
		Perguruan Tinggi / sederajat	2	P1, P4	40%
4	Lamanya menjadi <i>caregiver</i>	6 bulan – 1 tahun	2	P3, P4	40%
		2 tahun – 3 tahun	1	P1	20%
		4 tahun – 5 tahun	2	P3, P5	40%
5	Asal <i>caregiver</i>	NTT	5	P1,P2,P3,P4,P5	100%

Tabel di atas menunjukkan bahwa seluruh *caregiver* yang terlibat dalam penelitian ini berada pada kelompok usia remaja akhir dengan rentang 17 sampai dengan 25 tahun. Inilah yang menyebabkan *caregiver* dalam penelitian ini semuanya masuk dalam kelompok usia remaja akhir.

*Caregiver* yang terlibat dalam penelitian ini pun, seluruhnya berjenis kelamin perempuan. Di sisi lain, 60% *caregiver* berpendidikan SMA Sederajat dan 40% berpendidikan perguruan tinggi. Pada penelitian ini, mayoritas *caregiver* telah menempuh pendidikan minimal yang ditentukan yayasan yaitu SMK Sosial. *Caregiver* yang terlibat dalam penelitian ini, sebanyak 40% sudah bekerja selama 6 bulan sampai dengan 1 tahun serta 4 sampai dengan 5 tahun, sementara 20% *caregiver* sudah bekerja selama 2 sampai 4 tahun di Yayasan Bhakti Luhur. *Caregiver* yang terlibat dalam penelitian ini juga 100% semuanya berasal dari Nusa Tenggara Timur sehingga semuanya tinggal bersama ABK.

### Tema 1. Realitas pekerjaan tidak sesuai teori

Realitas pekerjaan tidak sesuai teori dalam konteks kata diartikan sebagai kenyataan pekerjaan yang tidak sesuai dengan yang diinginkan. Dalam KBBI (2022), realitas diartikan sebagai kenyataan Pekerjaan sebagai keharusan yang tidak sesuai keinginan dan harapan sebagai *caregiver*. Pada

konteks penelitian ini, **Realitas pekerjaan tidak sesuai teori** ialah pekerjaan sebagai *caregiver* ABK tidak sama seperti yang mereka dapatkan selama proses pendidikan di SMK Sosial. *Caregiver* mengungkapkan bahwa beban tanggung jawab yang dikerjakan oleh mereka sangat berbeda dengan yang didapatkan selama proses pendidikan. Perbedaan tersebut berkaitan dengan jumlah ABK yang harus mereka bina, durasi berinteraksi dengan ABK, sampai pada hal yang bersifat internal terkait waktu personal. Tema tersebut terbentuk dari 6 (enam) kategori yang didapatkan pada proses *initial noting*. Adapun kategori yang membentuk tema tersebut ialah :

**Kategori 1 (satu) perbandingan antara ABK *caregiver* tidak seimbang 1 banding 3 *caregiver*** mengungkapkan bahwa mereka tidak menyangka bahwa jumlah ABK yang akan dirawat cukup banyak. Mereka menjelaskan bahwa sebelum menjadi *caregiver* di Panti Asuhan Bhakti Luhur, *caregiver* sebelumnya telah melakukan praktik kerja lapangan di Malang, dimana rasio *caregiver* dengan ABK adalah 1 banding 2. Rasio ideal yang mereka dapatkan pada saat pendidikan, membuat mereka berpikir bahwa ABK yang akan mereka rawat di Panti Asuhan Bhakti Luhur serupa dengan hal tersebut. Akan tetapi, faktanya, *caregiver* menemukan bahwa jumlah ABK yang akan mereka rawat memiliki rasio 1 banding 4. Kondisi inilah yang dimaknai partisipan sebagai sesuatu di luar ekspektasi mereka. Adapun pernyataan terkait hasil tersebut dilihat pada kutipan di bawah ini. Ungkapan tersebut dapat di lihat pada kutipan sebagai berikut ;

"... Pertama sih waktu saya datang sih saya lihat anak banyak ( ABK) dan jumlah begitu banyak saya pusing..." (P1)

"... Perasaan pusing ya lumayan banyak anak juga ya lumayan pusing ya di Malang hanya sedikit anak dan diberi dua anak untuk diasuh tetapi disini saya pegang (merawat) 4 anak ya kadang bukan hanya melihat 4 anak yang dipercayakan tapi ya harus melihat banyak anak semuanya (ABK) ya membuat pusing ( P2)

**Kategori kedua** yang membangun tema tersebut ialah **durasi berinteraksi dengan ABK membebani caregiver**. Caregiver dalam penelitian ini mengungkapkan bahwa interaksi bersama ABK terjadi selama 24 jam. Hal ini dikarenakan seluruh caregiver merupakan pendatang dan tinggal di panti asuhan yang sama dengan ABK. Mereka mengungkapkan bahwa interaksi tersebut melelahkan dan sering menimbulkan emosi. Perasaan tersebut muncul karena perilaku ABK yang sering tidak dapat dikontrol seperti membongkar lemari, membuang sampah tidak pada tempatnya, dan mengganggu teman, sehingga caregiver tidak dapat memanfaatkan waktu istirahatnya. Di sisi lain, setiap harinya caregiver harus membantu penuh ABK yang tidak mampu memenuhi ADLnya secara mandiri. Mereka merasa pekerjaan tersebut berat dan melelahkan, terutama karena dilakukan sepanjang hari. Interpretasi makna tersebut didapatkan dari ungkapan

"... Sebenarnya sih lihat mereka senang... tapi lama- lama sudah dengan mereka mengurus mereka ( ABK) ya pastinya kadang kita ada rasa emosinya..." "... klu kita (Pengasuh) baru istirahat sedikit...tiba- tiba anak- anak buat onar ( membongkar lemari membuat kotor kamar buang sampah tidak pada tempatnya) ... atau tiba- tiba di panggil kerja pasti merasa cape..." (P1)

"... Karena apa ya untuk mengasuh 4 orang anak di satu kamar ya pastinya pagi harus mandikan mereka semua ...pakaiannya mereka juga kita harus cuci sendiri jadi pagi dan sore pasti harus ganti baju nah pasti cucian pasti numpuk... sekarang 4 orang anak yang pastinya berat- berat ..." ada satu anak yang masih pake pampers sehingga saya merasa berat dan cape setiap hari saya harus latih dia setiap dua jam saya harus potkan ya kadang membuat saya merasa berat ...kita (pengasuh) harus latih terus - menerus karena tidak mudah untuk mengasuh mereka ( ABK) mengerti pasti butuh

proses dan waktu yang lama ya kadang merasa lelah..." ( P 3 )

Kategori selanjutnya yang membangun tema tersebut ialah **Tanggung jawab pekerjaan tidak sesuai dengan umur caregiver**. Selaras dengan karakteristik partisipan, caregiver yang terlibat dalam penelitian ini seluruhnya berada pada kelompok usia remaja akhir. Mereka mengungkapkan bahwa selama menjadi caregiver, mereka merasa bahwa tugas yang dibebankan tidak sesuai dengan usia mereka saat ini. Caregiver menganggap bahwa peran mereka seperti seorang ibu rumah tangga, baik dari segi penampilan maupun dari pekerjaan rumah tangga yang mereka kerjakan. Kondisi ini dimaknai sebagai sebuah penyebab mereka tidak bisa menikmati masa remaja. Mereka juga memaknai kondisi tersebut sebagai kondisi yang mengikat dan menghilangkan kebebasan masa remajanya. Sementara mereka berharap dapat merasakan pengalaman menjalani masa remaja pada umumnya. Ungkapan tersebut diinterpretasikan peneliti dari ungkapan di bawah ini;

"... Kadang saya merasa orang lain di luar sana ih kita sudah macam ke emak emak (ibu- ibu) pakaian sudah banyak macam ke sudah mempunyai anak lima malah ke ibu beranak tiap hari cuci pakain ...kita (pengasuh) masih muda pekerjaan sudah banyak seperti itu..." ( P1)

Kategori selanjutnya ialah **Bekerja sebagai caregiver tidak menikmati gambaran masa muda**. Caregiver yang terlibat dalam penelitian ini mengungkapkan bahwa pekerjaan sebagai caregiver ABK membuat mereka tidak dapat menikmati masa muda seperti remaja pada umumnya. Pemaknaan ini terjadi karena mereka merasa rutinitas hidup mereka telah diatur sesuai kebijakan yayasan. Sehingga mereka tidak mendapatkan kesempatan menjalani rutinitas lain yang sesuai dengan tumbuh kembang mereka. Caregiver mengungkapkan tugas tanggung jawab sebagai caregiver ABK sangat terikat dengan aturan dan waktu, sehingga tidak dapat beraktifitas bebas seperti anak muda lainnya. Ungkapan tersebut terdapat pada kutipan di bawah ini;

"... Setiap hari pekerjaannya bangun ya hanya itu itu toh (mengurus ABK) ke kebun kerjanya itu terus setiap hari berhadapan dengan mereka (ABK) jadi cepet bosan..." Masih muda tapi

*sudah macam ke pusing sekali\_ tapi itu tadi memang aturan seperti itulah ..."* (P1)

*"... Apalagi dengan saya masih muda ini kan dibandingkan dengan teman-teman lain yang umur muda beginikan pastinya ya masih remaja-remaja menikmati masa mudanya, tapi sayakan harus melayani anak-anak seperti ini..."* (P5)

Kategori 5 yang membangun tema tersebut ialah **Caregiver tidak memiliki waktu personal istirahat/cuti**. Hasil interpretasi makna pada ungkapan *caregiver* menemukan bahwa *caregiver* yang terlibat dalam penelitian ini selama 24 jam penuh tinggal bersama ABK. Setiap harinya mereka harus bertemu dan mengurus ABK dengan berbagai macam kebutuhan dan level perawatan. *Caregiver* mengungkapkan bahwa mereka ingin sesekali mendapatkan kesempatan menikmati waktu tanpa ada ABK. Akan tetapi, kondisi ini tidak memungkinkan untuk dilaksanakan karena mereka tinggal bersama dengan ABK. Perilaku ABK yang sering mengganggu waktu istirahat *caregiver* dianggap oleh mereka sebagai kondisi yang melelahkan. Kondisi inilah yang kemudian dimaknai *caregiver* sebagai sebuah kondisi yang menghambat mereka untuk memulihkan perasaan jenuh dan lelah sebagai *caregiver* ABK. Hilangnya waktu pribadi yang dirasakan *caregiver* membuat mereka memaknai bahwa mereka mengalami ketidakberdayaan untuk menjalani tugas pekerjaannya. Hal ini tergambar dalam ungkapan berikut;

*"... Kenapa ya sudah cape dan tidak mau bekerja lagi ya klu sudah bekerja berhenti atau istirahat dulu tenangkan pikiiran...ya istirahat sedikit to...ya karena sudah tidak sanggup lagi sebenarnya sudah\_tidak sanggup lagi mau bertahan terus... sudah lelah pengen bebas sedikit...setidaknya hanya sehari saja tidak dengan mereka tidak urus anak\_begitu - begitu atau jalan - jalan sedikit utuh terus...ya setidaknya kita duduk cerita- cerita jangan terlalu sibuk dengan anak -anak disini anaknya libur tidak libur tetap ...setidaknya menghilangkan rasa jenuh lelah\_sehingga membuat kita sedikit bebas gitu..."* ( P1)

*" ... Ya merasa tidak bebas\_ya setidaknya kita pergi jalan - jalann ya kita sendirilah ...\_tapi ya kita bawa anak - anak lagi ya sama aja jadi cape bosan lelah dan pengen pulang..."* ( P3 )

## **Kategori 6 : Rutinitas pekerjaan menjenuhkan**

Konteks ini menjelaskan eksplorasi makna pengalaman rutinitas pekerjaan menjenuhkan rutinitas artinya sesuatu yang dikerjakan lebih dari satu kali atau lebih (KBBI, 2022). Dalam penelitian ini partisipan mengungkapkan bahwa pekerjaan menjadi *caregiver* ABK merupakan suatu pekerjaan yang dilakukan secara rutinitas setiap harinya (ADL) dalam merawat dan mengasuh ABK pekerjaan tersebut diakui partisipan merupakan pekerjaan yang kadang membosankan disebabkan karena melakukan hal yang sama setiap harinya. Oleh karena itu *caregiver* merasa bahwa pekerjaan tersebut kadang membuatnya stress bosan malas dan jenuh. Respon yang di tunjukan *caregiver* dalam ungkapan partisipan sebagai berikut :

*" ... Ya mau tidak mau harus jalani rutinitas kami (pengasuh) sesuai dengan waktu yang ada ya klu mau itu ya terkadang kami merasa jenuh, kami (pengasuh) juga lelah... ya mengurus anak menjadi rutinitas\_kami (pengasuh) seperti itu (kerja) sehingga lama kelamaan juga kami (pengasuh) bosan... ya karena setiap hari melakukan pekerjaan yang sama memandikan mereka (ABK) melatih mereka (ABK) melakukan pekerjaan lainnya sama seperti ibu rumah tangga.."* (P4).

## **Tema 2 : Kondisi pencetus emosi caregiver.**

Tema tersebut dalam konteks kata yang dijabarkan dalam KBBI (2022) yang terbagi menjadi 4 konsonan yaitu kondisi yang berarti keadaan. Lingkungan kerja yang berarti tempat dimana seseorang berada, mempengaruhi artinya watak seseorang, emosional yang berarti perasaan. Dalam konteks penelitian ini berdasarkan tema artinya **beban kerja mempengaruhi emsoional caregiver**. Tema ini terbentuk dalam 4 kategori.

### **Kategori 1 Perilaku ABK sering membuat emosi**

Tema ini menjawab tujuan yang mengeksplorasi kondisi lingkungan kerja mempengaruhi *caregiver*. Pada penelitian ini partisipan mengungkapkan bahwa selama menjadi pengasuh anak berkebutuhan khusus kadang merasa emosi karena perilaku anak berkebutuhan khusus yang nakal dan suka mengganggu sesama temannya dan juga BAK dan BAB yang tidak pada tempatnya. Kondisi tersebut kadang membuat *caregiver* merasa kewalahan dalam mengurus dan mengasuhnya. Partisipan juga mengungkapkan bahwa dalam mengasuh anak

berkebutuhan khusus untuk memberikan latihan berupa ADL anak tidak mengalami perkembangan sehingga kondisi ini membuat *caregiver* merasa emosi. Ungkapan dari kutipan sebagai berikut ;

“ ...Kadang ya selama mengasuh mereka (ABK) kadang ya emosi kadang ya dari saya sih gampang - gampang sulitnya mengurus mereka (ABK) ya pasti kadang kita (pengasuh) tidak selamanya senang terus pasti ada rasa emosiya klu mereka nakal (ABK) apalagi kita (pengasuh) sudah kerja (masak, mencuci, mengepel, sudah kerja berat (berkebun) trus mereka (ABK) buat onar (membongkar pakaian) berak sembarangan ya pasti emosi dan marah ... ” ( P1 )

“...Melayani anak -anak (ABK) misalnya selama latihan ADL yang anaknya tidak bisa - bisa ( mengacungkan baju, memakai baju, menggosok gigi) juga ada kekecewaan dalam diri terkadang juga ada rasa marah dan emosi...” (P4)

### Konteks dalam kategori 2 adaptif ABK yang beranjak remaja

Secara konteks dalam penelitian ini mengungkapkan ada perasaan takut ketika mengasuh dan merawat ABK yang sudah remaja oleh karena itu *caregiver* mengakui bahwa ia sebagai perempuan yang masih usia remaja awal mereka juga takut dalam mengasuh mereka kondisi ini disebabkan karena ABK yang sudah mengalami pubertas dan juga ABK yang memiliki fisik yang lebih besar dari partisipan hal ini membuat *Caregiver* selalu berhati-hati dan selalu waspada berhadapan dengan ABK yang sudah remaja tersebut.

Berikut ungkapan dari kategori tersebut ;

“ ... Pertama takut merasa takut karena fisiknya sudah besar ...ya karenakan pada saat kita mandikan mereka pasti dalam keadaan telanjang pasti saya sebagai perempuan pasti ada rasa takut...” (P3)

“ ...Perasaan yang pertama rasa takut kenapa saya merasa takut karena sayakan perempuan yang masih remaja apalagi anak laki - laki yang sudah pubernya ...” (P4)

**Kategori yang 3** adalah mengeksplorasi makna pengalaman **Pekerjaan tambahan membebani *caregiver***. membebani artinya memberikan beban (KBBI 2022) dalam penelitian mengungkapkan bahwa pekerjaan tambahan yang diberikan pada

*caregiver* seperti pekerjaan rumah tangga, dan pekerjaan berkebun, menulis administrasi merupakan sesuatu hal yang sangat memberikan beban padanya oleh karena itu partisipan mengungkapkan bahwa selain mengasuh dan merawat ABK sering merasakan lelah malas, bosan, jenuh, dan cape. Kondisi ini membuat *caregiver* merasa tak berdaya dan mau pulang. Berikut adalah kutipan dari kategori tersebut ;

” ... Apalagi kita sudah kerja yang lain (menulis administrasi melatih ABK membuat ketrampilan) terus kerja berat (kebun, mencuci pakaian) terus berak sembarangan (ABK) ya pasti kita (pengasuh) emosi dan marah...” (P1)

” ... Pekerjaan banyak (masak, cuci pakaian, mengepel menulis administrasi) terus di tambah lagi mereka (ABK) buat onar (saling memukul, mengambil mainan temannya terus di tambah tuntutan dari pimpinan (ibu asrama) bahwa pekerjaan (administrasi ABK) yang lain juga harus beres ya saya cape dan lelah...” (P3)

**kategori yang keempat ini menjelaskan tentang eksplorasi makna kerjasama antar *caregiver* tidak tercapai** tidak sesuai harapan diartikan sebagai sesuatu yang tidak sesuai keinginannya (KBBI 2022). Dalam penelitian ini partisipan mengungkapkan bahwa dalam bekerja sama antara sesama tidak sesuai dengan keinginannya dimana partisipan mengakui bahwa dalam bekerjasama dengan sesama *caregiver* ada perasaan saling mendiamkan satu sama lain dalam hal ini adalah apa yang dikerjakan dengan tulus tapi tidak di hargai oleh sesama *caregiver* lainnya. Kondisi ini membuat *caregiver* merasa emosi dan meluapkan pada ABK. Berikut kutipan dari ungkapan tersebut:

” ... Kita (Pengasuh) sudah cape-cape asuh anak (ABK) dengan situasi (lingkungan) yang diantara sesama pengasuh saling mendiamkan satu sama lain (sesama pengasuh) ya pastinya emosi ke anak (ABK) ...” ( P1 )

### **Tema ; 3. Tujuan kerja tidak tercapai**

Tema tersebut dalam konteks kata yang disadur dari KBBI (2022) terdiri dari kata tidak tercapai yang artinya tidak sesuai dengan apa yang diharapkan. Perasaan yang berarti respon yang ditunjukkan seseorang sementara dalam konteks penelitian ini, konflik perasaan selama mengasuh ABK adalah perasaan bertolak belakang yang mereka kerap rasakan selama mengasuh ABK di tempat mereka

bekerja. Tema ini terbentuk dari 3 kategori yang ditemukan pada langkah initial noting.

Kategori pertama adalah ada **penyesalan caregiver**. Perasaan penyesalan artinya perbuatan menyesali apa yang telah dilakukannya (KBBI 2022). Dalam kategori ini menjelaskan makna eksplorasi perasaan bertentangan dimana partisipan mengungkapkan bahwa dalam mengasuh dan merawat ABK kadang ada perasaan bersalah sesudah memarahi ABK. Partisipan menyadari bahwa apa yang dilakukannya tidak sesuai dengan apa yang diinginkan oleh karena itu *caregiver* merasa menyesal atas tindakan yang telah dilakukan pada ABK. Berikut adalah kutipan dari kategori tersebut ;

*" ... Kadang merasa menyesal dan kasian setelah memarahi mereka (ABK) karena sebagai seorang ibu juga menyadari bahwa mereka anak-anak berkebutuhan khusus pasti tidak tau apa- apa ketika melakukan onar (membongkar barang) dan usil (nakal) (P4).*

Kategori kedua adalah mempertanyakan pekerjaan yang dijalannya. Konteks dalam penelitian ini akan menjelaskan tentang makna **pembagian pekerjaan tidak jelas**. Dalam kategori ini menjelaskan pekerjaan yang telah dilakukan *caregiver* sudah sesuai dengan apa yang diinginkan, tetapi pekerjaan yang dilakukan tidak semudah yang diharapkan. Hal ini disebabkan bahwa tidak ada kerja sama antara satu *caregiver* dengan *caregiver* lainnya sehingga masih terjadi kesalahpahaman antara *caregiver*. Kondisi inilah yang kadang membuat *caregiver* merasa pekerjaan yang dilakukan yang sulit baginya.

*"... Kita (Pengasuh) sudah bekerja setiap hari pekerjaan setiap hari\_sapu mengepel biasa jalani piket kasih kegiatan-kegiatan ... ya kadang sebenarnya sih saya kerja tulus tapi kadang pekerjaan berat - berat ya klu saya tidak suka ya saya tidak kerja..." (P1).*

Kategori 3 adalah **kerjasama antar caregiver tidak sesuai harapan** artinya tidak sesuai dengan apa yang diinginkan partisipan. Dalam penelitian ini menjelaskan tentang makna pengalaman kerjasama antar *caregiver* tidak sesuai harapan. Dalam konteks kategori ini partisipan mengungkapkan bahwa dalam memberikan latihan ADL bagi ABK secara rutin atau setiap harinya namun ABK tidak mengalami perkembangan sehingga partisipan mengungkapkan bahwa perasaan kecewa terhadap ABK yang tidak mengalami perkembangan dalam ADLnya. Kondisi inilah yang membuat *caregiver* merasa bahwa apa yang diinginkan tidak sesuai

dengan harapannya sehingga kondisi inilah yang membuat *caregiver* sering mengabaikan ABK. Berikut adalah ungkapan dari kategori tersebut :

*" ... Kadang kecewa malas untuk melatih lagi dan saya merasa bahwa sudah dilatih tapi belum bisa-bisa...ya kadang saya biarkan mereka saja ya sudah cape mengurus mereka apalagi 24 jam bersama mereka ..." (P3).*

#### **Tema 4: Beban psikologis emosional caregiver**

Dalam tema ini menjelaskan tentang eksplorasi makna dampak emosional *caregiver* pada ABK. Tema ini memunculkan 2 kategori utama yang akan dijelaskan sebagai berikut : partisipan mengungkapkan bahwa pekerjaan yang sering dibebankan bagi *caregiver* kadang membawa dampak negative bagi ABK dimana *caregiver* secara sadar menjewer ABK. Tindakan *caregiver* tersebut disebabkan juga karena perilaku ABK yang nakal dan juga tidak mengalami perkembangan dalam memenuhi kebutuhan sehari-harinya walaupun kegiatan kesehariannya sudah dijalankan setiap harinya. Berikut adalah kutipan dari ungkapan partisipan.

*"... Kalau kita (partisipan) emosi pukul ...tapi karena tapi karena itulah banyak pekerjaan cape lelah karena itulah emosi..." (P1)*

*" ... Anak - anak (ABK) yang kadang membuat ulah (nakal) membuat onar (mengganggu teman membongkar barang-barang) kadang membuat saya jengkel, marah sehingga saya sebagai manusia kadang kurang sabar juga dalam mengasuh mereka (ABK) yang kadang dengan suara keras dan sedikit menjewer teliga mereka ..." (P4)*

Kategori kedua menjelaskan tentang makna **eksplorasi penurunan semangat bekerja**. Dalam kategori ini partisipan mengungkapkan bahwa pekerjaan sebagai *caregiver* melelahkan. Pekerjaan yang sangat melelahkan hal ini diungkapkan partisipan bahwa pekerjaan yang terus dilakukan secara rutinitas membuatnya merasa lelah cape, lelah dan bosan. Sehingga membuat partisipan merasa tak berdaya dan tak mampu lagi untuk merawat dan mengasuh ABK. Kondisi inilah yang membuat *caregiver* hilang motivasi dalam merawat dan mengasuh ABK. Berikut adalah kutipan dari ungkapan kategori tersebut :

*"... Ya sakit hati to emosi pengen pulang saja ... kadang berpikir itu terus pengen cepat-cepat*

*sudah ...ya pengen bebas ya sudah tidak tahan ... kadang tidak senang karena pekerjaan itu-itu merasa sudah tidak betah lagi sudah lelah karena mengurus anak ...” (P1)*

## **PEMBAHASAN**

Penelitian ini menemukan bahwa menunjukkan bahwa *caregiver* menganggap tugas dan tanggung jawab pekerjaan yang harus dijalannya tidak sesuai harapan. Rasio antara pengasuh dan ABK yang tidak ideal menimbulkan kelelahan secara fisik yang membuat *caregiver* ABK sering merasakan masalah emosional seperti marah dan jenuh. Di lain sisi, durasi berinteraksi dengan ABK yang dilakukan selama 24 jam tanpa ada waktu personal membuat *caregiver* ABK merasakan kelelahan dan ketidakberdayaan. Bila dilihat dari sudut pandang keperawatan jiwa, pemaknaan *caregiver* ABK terhadap pengalamannya sebagai pengasuh, menunjukkan bahwa pekerjaan *caregiver* dengan beban khusus seperti ABK adalah sebuah stresor yang perlu diantisipasi. Beban kerja yang tidak sesuai harapan tersebut, dapat melahirkan adaptasi stres yang maladaptif. Kondisi ini tentunya secara tidak langsung dapat mempengaruhi kondisi rehabilitasi ABK yang diasuh mereka. Di sisi lain, tidak menutup kemungkinan *caregiver* yang tidak mampu manajemen stresor tersebut mengalami gangguan mental emosional bahkan gangguan jiwa.

Penelitian ini juga menemukan bahwa kondisi ABK tidak stabil dalam perkembangannya kadang memunculkan rasa bosan dan jenuh bagi *caregiver* sehingga kondisi ini sangat mempengaruhi *caregiver* dalam mengasuh ABK. *Caregiver* mengakui bahwa seringkali merasa marah, jenuh. Peneliti dalam penelitian ini juga menemukan bahwa tugas utama *caregiver* yang bertumpang tindih dengan pekerjaan rumah tangga dan pekerjaan lain sering kali memberikan beban psikologis berupa beban fisik seperti kelelahan, gangguan tidur seringkali dialami *caregiver* dalam kesehariannya Pratiwi (2018), mengungkapkan pula bahwa *caregiver burden* dengan beban yang tinggi sering mengalami stress dan kegelisahan terhadap tanggung jawabnya. Perubahan emosi ini ditunjukkan dalam ungkapan-ungkapan seperti lelah dan jenuh (Maryam *at* 2012). Jika dilihat dari temuan-temuan dari studi terdahulu jelas menunjukkan bahwa tugas tambahan sebagai *caregiver* adalah beban yang tersendiri tak terkecuali pada ABK.

Peneliti menemukan bahwa ada perasaan menyesal ketika sudah memarahi ABK, disebabkan karena ABK yang sudah diberikan latihan misalnya dalam bidang ADL tidak mengalami kemajuan atau perkembangan sehingga hal ini membuat *caregiver* emosi dan marah. *Caregiver* merasa menyesal atas perasaan emosi dan marah yang telah dilakukan terhadap ABK. Peneliti juga menemukan bahwa partisipan mempertanyakan pekerjaan yang dijalannya, hal ini disebabkan karena adanya pekerjaan yang harus dikerjakan tetapi masih melakukan pekerjaan yang lain. Inilah yang membuat *caregiver* mempertanyakan apa tugas utama yang dilakukannya. Penelitian ini juga menemukan tidak adanya kerjasama antara sesama *caregiver* (suster yayasan) oleh sebab itu partisipan mengungkapkan bahwa apa yang telah dilakukan selamanya ini tidak dihargai oleh *caregiver* lainnya, hal ini yang kadang membuat *caregiver* mengabaikan ABK. Beban merawat merupakan respon multidimensi terhadap stresor fisik, psikologis, sosial, dan finansial yang dihubungkan dengan pengalaman *Caregiver* dalam merawat ABK (Maryam *et al.* 2012).

Peneliti menemukan bahwa *caregiver* mengalami masalah pada berbagai aspek antara lain aspek fisik, emosi, finansial, dan juga sosial. Untuk mengatasi stress yang dialami oleh *caregiver* maka dibutuhkan usaha untuk bisa mengatasi stress ataupun masalah-masalah yang sering dihadapi *caregiver* sendiri, maka dibutuhkan salah satu yang perlu dilakukan oleh *caregiver* dengan istilah yang disebut coping. Hal ini didukung oleh peneliti Setiawan & Febriany Fajriyati and Asyanti (2017), menjelaskan bahwa dampak stress yang dialami disebabkan oleh beratnya tugas yang harus dilakukannya dalam merawat ABK.

Penjabaran diatas menunjukkan bahwa pemaknaan terhadap pengalaman yang diekplorasi dalam penelitian ini mengarah pada pemaknaan negatif. *Caregiver* profesional yang memiliki tugas utama dan beban tambahan akan mengalami sumber stressor baik secara fisik, psikologis, dan sosial. Untuk mengatasi stres yang dialami, maka dibutuhkan suatu usaha untuk bisa mengatasi stres ataupun masalah-masalah yang sedang dihadapi, usaha yang dilakukan dikenal dengan istilah coping Fajriyati and Asyanti (2017). Dampak stressor berlebih mengakibatkan mekanisme coping maladaptif, Individu cenderung menggunakan mekanisme coping adaptif pada situasi yang dapat diatasi dan individu menggunakan mekanisme

koping maladaptif pada situasi yang berat dan diluar kemampuan individu.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

Penelitian ini mendapatkan 4 tema utama, yaitu: realitas pekerjaan tidak sesuai teori, kondisi pencetus emosional *caregiver*, tujuan kerja *caregiver* tidak tercapai, dan Beban psikologis emosional *caregiver* pada ABK

### Saran.

1. Bagi *caregiver*  
Diharapkan agar melakukan cara manajemen waktu yang baik untuk mengatur waktu atau jam bekerja *caregiver* sehingga bisa mengendalikan rasa jenuh, lelah dengan pekerjaan yang diberikan, sehingga tidak memberikan dampak negative untuk diri sendiri dalam gangguan psikologis.
2. Bagi Yayasan Bhakti Luhur  
Bila memungkinkan menambah tenaga *caregiver* untuk menyesuaikan rasio ideal antara *caregiver* dengan ABK. Diharapkan untuk memberikan kebijakan kepada *caregiver* yang ada di yayasan berupa pembagian shif antara *caregiver*, sehingga *caregiver* mempunyai waktu personal untuk mengatasi kelelahan emosional, kejenuhan dari beban mengasuh ABK. Disarankan pula untuk melakukan evaluasi status mental emosional *caregiver* setiap 3 bulan sekali untuk diri sendiri serta penerimaan ABK sesuai dengan ekspetasi.
3. Bagi Institusi Pendidikan  
Diharapkan dapat menjadi bahan kajian dalam mengembangkan rencana pembelajaran semester pada mata kuliah keperawatan jiwa khususnya masalah psikososial pada *caregiver* dengan beban khusus seperti mengasuh ABK.
4. Bagi Peneliti Selanjutnya  
Peneliti selanjutnya dapat meneliti tentang hubungan status mental emosional *caregiver* dengan beban kerja *caregiver* dan analisis faktor-faktor yang mempengaruhi *burden* pada *caregiver* ABK yang tinggal 24 jam bersama ABK.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ariska, Yolla Nandha, Prita Adisty Handayani, and Elis Hartati. 2021. "Faktor Yang Berhubungan Dengan Beban Caregiver Dalam Merawat Keluarga Yang Mengalami Stroke." 3(1): 52–63.
- Fajriyati, Yasrin Nur, and Setia Asyanti. 2017. "Coping Stres Pada Caregiver Pasien Stroke." *Jurnal Indigenous* 2(1): 96–105. <http://journals.ums.ac.id/index.php/indigenous/article/view/5460/3759>.
- Maryam, R. Siti, Rosidawati Rosidawati, Ni Made Riasmini, and Eros Siti Suryati. 2012. "Beban Keluarga Merawat Lansia Dapat Memicu Tindakan Kekerasan Dan Penelantaran Terhadap Lansia." *Jurnal Keperawatan Indonesia* 15(3): 143–50.
- Retnaningsih, Dwi et al. 2016. "Analisa Dukungan Keluarga Dengan Beban Orangtua Dalam Merawat Anak Penyandang Cacat Tingkat Sd Di Slb Negeri Semarang."
- Wardah, and Katarina Tampubolon. 2016. "Faktor - Faktor Yang Berhubungan Dengan Burnout Perawat Pelaksana Di Ruang Rawat Inap RSJ Provinsi Kalimantan Barat Tahun 2015." *Arsi* 2(3): 172–82
- Anwar, D N Salma, S. 2021. Bertahan Dalam Keterbatasan: Studi Fenomenologis Pengalaman Pengasuh Pria Di Panti Asuhan Disabilitas Ganda *Jurnal Empati, Volume 10 (Nomor 01), Februari 2021*,
- Dinie Ratri Desiningrum. 2007 Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus.
- Jhohn W. Creswell. Penelitian Kualitatif & Desain Riset, Edisi ke- 3
- Yusuf, A.H & ,R & Nihayati, 2015. Hubungan Caregiver Burden dengan Kualitas Hidup Caregiver Anak Tunagrahita
- Niman, Susanti 2019 Pengalaman Family Caregiverdalam Merawat Anggota Keluarga Yang Mengalami Gangguan Jiwa
- Ulfa Muzliyati 2019 Hubungan Stres Terhadap Proses Adaptasi (Teori Callista Roy) Pada Lanjut Usia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Perumnas Ii Pontianak
- Jannah 2020 Dinamika Stres, Coping dan

Adaptasi dalam Resiliensi pada Lansia terhadap Permasalahan Hidup.

Stuart, G. W., Keliat, B. A., & Pasaribu, J. (2016). Prinsip dan Praktik Keperawatan Kesehatan Jiwa Stuart Edisi Indonesia Buku 1. Elsevier.

Charlick, S., Pincombe, J., Mckellar, L., & Fielder, A. (2016). Making Sense of

Participant Experiences: Interpretative Phenomenological Analysis in Midwifery Research. 11, 205–216.

Kementerian Kesehatan, R. (2020). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019. In Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.  
[https://doi.org/10.5005/jp/books/11257\\_5](https://doi.org/10.5005/jp/books/11257_5)