

PENGALAMAN EMOSIONAL MENJADI *CAREGIVER* ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS DI PANTI ASUHAN BHAKTI LUHUR BANJARMASIN

Sapariah Anggraini¹, Lanawati², Annastasia Hoar Berek³

^{1,2,3}Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Suaka Insan, Banjarmasin-Indonesia

Email: Sapariah@stikessuakainsan.ac.id

Abstract

Being a caregiver for children with special needs is not an easy role. Caregiver duties and responsibilities can be a burden, having the potential to cause many emotional problems and affect the psychological well-being of caregivers. The caregiver's poor emotional mental condition can affect the services and care provided to children with special needs (ABK). Thus, the caregiver's emotional experience in interpreting her life experience as a professional caregiver for children with special needs is important to be explored. This study aims to explore the emotional experience of caregivers at the Bhakti Luhur Orphanage Banjarmasin. This study was used a qualitative method with an interpretive phenomenological approach. Data collection was carried out using an in-depth interview technique with the help of a list of questions that had been prepared by the researcher. Data analysis was performed using the 7-steps of Interpretative Phenomenological Analysis technique. There were 5 participants who were selected by purposive sampling technique. This research resulted in 4 main themes, namely, (1) The reality of the work does not match the theory, (2) Conditions that trigger emotional problems, (3) the work goal is not achieved (4) the emotional-psychological burden of the caregiver. The experience of caregivers involved in this study means that being a caregiver for children with special needs is not an easy job. The main and additional tasks given often make the caregiver feel tired, bored, and angry. These high tasks and burdens often bring stress from their responsibilities as caregivers.

Keywords: ABK, Caregiver, Emotional Experience

Abstrak

Menjadi *caregiver* bagi anak berkebutuhan khusus bukanlah peran yang mudah. Tugas dan tanggung jawab *Caregiver* dapat menjadi beban yang berpotensi menimbulkan banyak masalah emosional dan mempengaruhi kesejahteraan psikologis *caregiver*. Kondisi mental emosional *caregiver* yang buruk dapat mempengaruhi pelayanan dan asuhan yang diberikannya kepada Anak Berkebutuhan Khusus (ABK). Sehingga, pengalaman emosional *caregiver* dalam memaknai pengalaman hidupnya menjadi pengasuh profesional bagi anak-anak ABK menjadi penting untuk dieksplorasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengalaman emosional *caregiver* di Panti Asuhan Bhakti Luhur Banjarmasin. 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 *Interpretative Phenomenological Analysis*. Partisipan berjumlah 5 orang yang dipilih dengan teknik *purposive sampling*. Penelitian ini menghasilkan 4 tema utama yaitu; (1) Realitas pekerjaan tidak sesuai teori, (2) Kondisi pencetus masalah emosional, (3) Tujuan kerja tidak tercapai (4) Beban psikologis emosional *caregiver*. 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 : ABK, Caregiver, Pengalaman Emosional

Latar Belakang

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, 2016), Inilah yang mengakibatkan, beberapa ABK umumnya ditemukan di panti asuhan. Salah satunya, Panti Asuhan Bhakti Luhur Banjarmasin yang 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*. Klasifikasi *Caregiver burden* dapat berupa beban fisik, beban psikologis, beban sosial dan beban finansial. *Caregiver burden* tersebut akan sangat mempengaruhi status kesehatan *Caregiver* itu sendiri (et al. Retnaningsih, 2016).

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 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*. Oleh sebab itu, bagaimana *Caregiver* memaknai pengalaman emosional menjadi pengasuh profesional bagi anak-anak ABK menjadi penting untuk dieksplorasi.

Metodologi Penelitian

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian kualitatif studi fenomenologi. 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 sertifikat kelayakan etik pada tanggal 15 Februari 2022 dengan nomor etik 029/UMB/KE/II/2022 tanpa revisi.

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

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

Hasil Penelitian

Berikut peneliti tampilkan hasil penelitian dimulai dari karakteristik partisipan berdasarkan usia, jenis kelamin, pendidikan dan lama menjadi *caregiver* serta hasil analisis terhadap transkrip data terkait eksplorasi makna pengalaman emosional *caregiver* dalam merawat Anak Berkebutuhan Khusus di Panti Asuhan Bhakti Luhur.

Tabel 1. Karakteristik partisipan berdasarkan usia

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	-	-	-
		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%

Tabel 1. 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.

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 Sekolah Menengah Kejuruan (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 :

Tema 1. Realitas pekerjaan tidak sesuai teori

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 dilihat 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 2 (dua) 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 sebagai berikut:

"... 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 ...pakaianya 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 3 (tiga) 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 4 (empat) selanjutnya ialah **Bekerja sebagai caregiver tidak menikmati kehidupan 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 cepat 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 (lima) yang membangun tema tersebut ialah **Caregiver tidak memiliki waktu personal untuk beristirahat atau mengambil 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 tenangin pikiran...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 (enam) yang membangun tema tersebut ialah **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 peneliti ini partisipan mengungkapkan bahwa pekerjaan menjadi *caregiver* ABK merupakan suatu pekerjaan yang dilakukan secara rutin setiap harinya 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 ditunjukkan *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.

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

Kategori 1 (satu) Perilaku ABK sering membuat emosi yang membangun tema tersebut ialah 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 ABK 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 berat (berkebutuhan) 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 (mengacingkan baju, memakai baju, menggosok gigi) juga ada kekecewaan dalam diri terkadang juga ada rasa marah dan emosi..." (P4)

Kategori 2 (dua) yaitu pertumbuhan 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 *Cargiver* 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 3 (tiga) 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 (kekebun, 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 4 (empat) 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 1 (satu) adalah adanya **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 perasan 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 kesian 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 2 (dua) 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 (tiga) 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 ADL-nya. Kondisi inilah yang membuat caregiver merasa bahwa apa yang diinginkan tidak sesuai dengan harapannya. Berikut adalah ungkapan dari kategori tersebut:

“ ... Kadang kecewa malas untuk melatih lagi dan saya merasa bahwa sudah dilatih tapi belum bisa-bisa...ya ...” (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:

Kategori 1 (satu) yakni partisipan mengungkapkan bahwa pekerjaan yang sering dibebankan bagi caregiver kadang membawa **dampak negative bagi ABK** dimana caregiver secara sadar melakukan tindakan diluar kendali caregiver seperti tanpa sadar memarahi 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 2 (dua) 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 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

Berdasarkan tujuan dari penelitian yakni mengeksplorasi makna pengalaman emosional caregiver di Panti Asuhan Bhakti Luhur Banjarmasin dalam merawat ABK maka didapatkan 4 tema utama yaitu pertama, realitas pekerjaan tidak sesuai teori. Hal ini ditunjukkan dengan fakta bahwa ada ketidakseimbangan antara jumlah ABK dan caregiver. Menjadi caregiver tidaklah mudah apalagi harus mengurus dan mengasuh anak dengan kebutuhan khusus, sehingga menjadi caregiver merupakan pekerjaan yang kurang diminati untuk dijadikan karir. Hal ini sejalan dengan penelitian (Raina et al., 2005) yang menyebutkan bahwa peran sebagai pengasuh biasanya tidak direncanakan atau dipilih, dan pada umumnya tidak dilihat sebagai hal menarik untuk masa depan, tidak seperti pekerjaan umum. Hal inilah yang biasanya menjadi penyebab jumlah caregiver lebih sedikit dari anak yang diasuhnya.

Tema kedua yakni kondisi pencetus emosional. Pada tema ini partisipan P1 & P4 mengungkapkan perilaku ABK yang suka mengganggu (usil dan nakal) dan P3 yang mengungkapkan adanya pekerjaan diluar tugas sebagai caregiver memicu munculnya emosional seperti marah. Peneliti juga menemukan bahwa tugas utama caregiver yang bertumpang tindih dengan pekerjaan rumah tangga dan pekerjaan lain sering kali memberikan beban fisik seperti kelelahan dan gangguan tidur. (Ariyanti & Nurrahima, 2021) 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 et al., 2012). Menurut Sundberg, dkk (2007) ketegangan dalam bekerja yang dihasilkan oleh tuntutan bisa disebut stress, perlu adanya coping dalam mengatasi masalah-masalah untuk mengatasi stress. Bentuk coping yang dapat dilakukan dengan manajemen waktu dimana caregiver perlu diberi waktu personal untuk dirinya sendiri. Antar caregiver bisa saling membantu dan berbagi tugas dalam shift kerja.

Tema ketiga yaitu tujuan kerja tidak tercapai, pada tema ini partisipan P1 mengungkapkan tidak adanya kerjasama antar caregiver dalam melaksanakan tugas dan P3 mengungkapkan ABK tidak ada perkembangan dalam memenuhi ADLnya meskipun sudah dilatih berkali-kali. ABK termasuk kedalam *slow learner*.

Dalam mendidik dan mengasuh anak dengan tipe *slow learner*, anak harus terus dimotivasi, anak-anak harus dilihat potensinya sehingga dapat berkembang maksimal (Desiningrum, 2016). Seorang *caregiver* harus mempunyai kepekaan yang lebih atas kebutuhan emosional anak asuhnya. Kasih sayang dan perhatian adalah hal yang paling dibutuhkan oleh ABK. Bahasa nonverbal saat berkomunikasi seperti sentuhan dan pelukan dapat membantu dalam memenuhi kebutuhan emosional. Hal ini sejalan dengan pernyataan Santrock (2011) yang menyatakan bahwa dalam pengasuhan seharusnya terdapat keterampilan interpersonal dan keterlibatan emosional. Hubungan interpersonal antara *caregiver* dengan ABK dan *caregiver* dengan *caregiver* lainnya sangat diperlukan, seperti adanya sikap empati, komunikasi yang baik baik secara verbal maupun nonverbal, mendengarkan secara aktif, manajemen konflik dan kerja tim yang baik.

Tema keempat, beban psikologis emosional *caregiver*. Peneliti menemukan bahwa *caregiver* mengalami masalah pada berbagai aspek antara lain aspek fisik, emosi, finansial, dan juga sosial. *Caregiver* profesional yang memiliki tugas utama dan beban tambahan akan mengalami sumber stressor baik secara fisik, psikologis, dan sosial. Bekerja sebagai *caregiver* di panti asuhan merupakan pekerjaan yang tidak mudah. Setiap harinya *caregiver* dihadapkan pada kondisi dan permasalahan ABK apalagi jumlah mereka yang tidak sedikit. Hal ini sejalan dengan pernyataan King (2010) dimana salah satu karakteristik keadaan pekerjaan yang menimbulkan stres adalah tuntutan pekerjaan yang tinggi seperti beban kerja yang berat. Hal ini menunjukkan bahwa pemaknaan terhadap pengalaman *caregiver* yang dieksplorasi dalam penelitian ini mengarah pada pemaknaan negatif yang ditunjukkan dengan perilaku emosional seperti jenuh dan marah. Hal yang bisa dilakukan oleh *caregiver* dalam kondisi seperti ini adalah menggunakan humor dengan bercanda bersama anak asuhnya untuk mengurangi kejenuhan dalam bekerja. *Caregiver* juga bisa menciptakan kebahagiaan dengan meluangkan waktu bersama orang terdekat seperti keluarga untuk memberikan energi positif pada diri sendiri.

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 bagi *caregiver* diharapkan agar melakukan cara manajemen waktu yang baik untuk mengatur waktu atau jam bekerja *caregiver* agar bisa mengendalikan rasa jenuh, lelah dengan pekerjaan yang diberikan, sehingga tidak memberikan dampak negative untuk diri sendiri.

Saran untuk tempat penelitian, 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.

Saran untuk 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.

Acknowledgment

Tim peneliti mengucapkan banyak terimakasih kepada Panti Asuhan Bhakti Luhur dan para *caregiver* yang telah bersedia untuk menjadi tempat penelitian dan menjadi partisipan dalam penelitian ini.

Daftar Pustaka

Journals

- Ariyanti, R. D., & Nurrahima, A. (2021). Hubungan Caregiver Burden dengan Kualitas Hidup Caregiver Anak Tunagrahita. *Jurnal Ilmu Keperawatan Anak*, 4(2), 47–56. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.26594>
- J Charlick, S., Pincombe, J., McKellar, L., & Fielder, A. (2016). Making Sense of Participant Experiences: Interpretative Phenomenological Analysis in Midwifery Research. *International Journal of Doctoral Studies*, 11, 205–216. <https://doi.org/10.28945/3486>
- Maryam, R. S., Rosidawati, R., Riasmini, N. M., & Suryati, E. S. (2012). Beban Keluarga Merawat Lansia Dapat Memicu Tindakan Kekerasan dan Penelantaran Terhadap Lansia. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 15(3), 143–150. <https://doi.org/10.7454/jki.v15i3.2>
- Raina, P., O'Donnell, M., Rosenbaum, P., Brehaut, J., Walter, S. D., Russell, D., Swinton, M., Zhu, B., & Wood, E. (2005). The Health and Well-Being of Caregivers of Children With Cerebral Palsy. *Pediatrics*, 115(6), e626–e636. <https://doi.org/10.1542/peds.2004-1689>
- Retnaningsih, D. et al. (2016). Analisa Dukungan Keluarga Dengan Beban Orangtua Dalam Merawat Anak Penyandang Cacat Tingkat Sd Di Slb Negeri Semarang. *Prosiding Seminar Nasional IPTEK Terapan (SENIT)*, 98–105. <https://doi.org/978-602-74355-0-6>

Books

- Dinie Ratri Desiningrum. (2016). Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus. Psikosain: Yogyakarta.
- Creswell, John W. (2015). *Penelitian Kualitatif dan Desain Riset Memilih Diantara Lima Pendekatan*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- King, L.A. (2010). *Psikologi umum*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Santrock, J.W. (2011). *Life-span development: perkembangan masa hidup*. Jakarta: Erlangga.
- Stuart, G. W., Keliat, B. A., & Pasaribu, J. (2016). Prinsip dan Praktik Keperawatan Kesehatan Jiwa Stuart Edisi Indonesia Buku 1. Elsevier.
- Sundberg, N.D., Winebarger, A.A., & Taplin, J.R. (2007). *Psikologis klinis: Perkembangan teori, praktik dan penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Kementerian Kesehatan, R. (2020). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019. In Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
https://doi.org/10.5005/jp/books/11257_5