

**ABSTRAK**

**Amilatul Khoiriyyah, 111514153040, Efektivitas Pelatihan Keterampilan Pengasuhan untuk Menurunkan Stres Pengasuhan pada Ibu yang Memiliki Anak Retardasi Mental, Tesis, Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, 2019.**

Sikap ibu yang terus menerus mengalami stres akan memperparah keadaan anak yang mengalami retardasi mental. Hal ini akan berakibat buruk dalam pengasuhan karena stres yang dialami seringkali membuat ibu berperilaku tidak sehat dan tidak positif seperti menelantarkan anaknya bahkan berlaku kasar terhadap anaknya. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah Pelatihan Keterampilan Pengasuhan dapat menurunkan stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak retardasi mental. Penelitian ini menggunakan desain penelitian *single subject*, pada 3 ibu yang memiliki anak retardasi mental. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Parenting Stress Index-Short Form* untuk mengukur stres pengasuhan. Hasil menunjukkan bahwa terdapat perbedaan skor stres pengasuhan yang signifikan sebesar  $0,008 < 0,05$  yang bermakna Pelatihan Keterampilan Pengasuhan terbukti efektif menurunkan stres pengasuhan dengan cara penerapan dasar-dasar keterampilan pengasuhan berupa *encouragement, can do, choices, self control, dan respecting feeling*.

**Kata Kunci:** Pelatihan keterampilan pengasuhan, stres pengasuhan, ibu yang memiliki anak retardasi mental

**ABSTRACT**

**Amilatul Khoiriyah, 111514153040, Effectiveness of Parenting Skills Training to Reduce Parenting Stress in Mothers with Children with Mental Retardation, Thesis, Faculty of Psychology, Airlangga University, 2019.**

Attitudes of mothers who are constantly experiencing stress will exacerbate the state of children who experience mental retardation. This will have a bad effect in care because the stress experienced often makes mothers behave unhealthy and not positive, such as abandoning their children and even abusive towards their children. The purpose of this study is to find out whether Parenting Skills Training can reduce parenting stress in mothers with mentally retarded children. This study uses a single subject research design, in 3 mothers who have mental retardation children. The measuring instrument used in this study is the Parenting Stress Index-Short Form to measure parental stress. The results showed that there were significant differences in parenting stress scores of  $0.008 < 0.05$ , meaning that Parenting Skills Training was proven effective in reducing parenting stress by applying the basics of parenting skills in the form of encouragement, can do, choices, self control, and respecting feeling.

**Keywords:** Parenting skills training, parenting stress, mothers with mentally retarded children

## DAFTAR TABEL

3. F.1	Tabel <i>Blue Print</i> Skala PSI-SF .....	61
3. G.1	Tabel Saran dan Kritik <i>Professional Judgment</i> Skala PSI-SF .....	62
3. H.1	Tabel Rancangan Modul Pelatihan Keterampilan Pengasuhan.....	63
3. H.2	Tabel Saran dan Kritik <i>Professional Judgment</i> Modul Pelatihan Keterampilan Pengasuhan.....	67
3. I.1	Tabel Kategori <i>Effect Size</i> .....	70
4. A.1	Tabel Tenaga Pendidik dan Karyawan SLB-C Dharma Wanita.....	73
4. A.2	Tabel Identitas Subjek Penelitian .....	76
4. B.1	Tabel Jadwal Pelaksanaan Penelitian .....	77
4. B.2	Tabel Evaluasi Reaksi .....	83
4. B.3	Tabel Evaluasi Pembelajaran .....	84
4. C.1	Tabel Data Hasil <i>Baseline</i> Subjek Penelitian .....	86
4. C.2	Tabel Data Hasil Intervensi Subjek Penelitian.....	88
4. C.3	Tabel Panjang Kondisi Subjek Penelitian .....	88
4. C.4	Tabel Rangkuman Hasil Analisis Dalam Kondisi.....	90
4. C.5	Tabel Perbandingan Kondisi .....	91
4. C.6	Tabel Perubahan Kecenderungan Arah dan Efeknya.....	91
4. C.7	Tabel Perubahan Level .....	91
4. C.8	Tabel Persentase Overlap .....	92
4. C.9	Tabel Rangkuman Hasil Analisis Antar Kondisi .....	92
4. C.10	Tabel Statistik Deskriptif Stres Pengasuhan dengan <i>Wilcoxon Signed Rank Test</i> .....	93
4. C.11	Tabel Hasil Analisis Statistik Stres Pengasuhan dengan <i>Wilcoxon Signed Rank Test</i> .....	93

**DAFTAR GRAFIK**

C.1	Grafik kondisi <i>baseline</i> subjek penelitian .....	87
C.2	Grafik kondisi intervensi subjek penelitian.....	89
C.3	Grafik kecenderungan arah stres pengasuhan .....	88
C.4	Grafik kecenderungan stabilitas stres pengasuhan .....	89

**DAFTAR BAGAN**

B.1	Kerangka pemikiran .....	53
B.1	Format rancangan penelitian .....	58