BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dunia kerja terus mengalami perubahan yang signifikan sering berjalanya waktu. Ketertarikan kerja pengasuh sangat penting terhadap produktifitas perkerjaan. Sikap terikat terhadap pekerjaan memiliki peran dalam kinerja, dimana kinerja adalah suatu hasil dari capaian prestasi kerja yang dicapai oleh pengasuh yang sesuai dengan target pekerjaan (Firdausi & Wajdi, 2024). Kinerja yang dihasilkan oleh pengasuh didasari adanya keterikatan pengasuh terhadap pekerjaanya (Pekasa & Rostiana, 2018). Kinerja pengasuh ditunjukkan adanya keterikatan di lingkungan kerja yang tinggi. Sebaliknya, apabila keterikatan kerja yang rendah akan menjadikan kinerja yang cenderung kurang.

Kesehatan mental pekerja pada profesi pelayanan manusia (*human service professions*) merupakan isu penting dalam kajian psikologi kerja dan psikologi kesehatan. Profesi yang menuntut keterlibatan emosional tinggi, interaksi *interpersonal intensif*, serta tanggung jawab berkelanjutan terhadap kesejahteraan individu lain memiliki risiko yang lebih besar terhadap munculnya tekanan psikologis kronis (Maslach & Leiter, 2016). Tekanan kerja yang tidak terkelola dengan baik dapat berkembang menjadi kondisi kelelahan psikologis yang dikenal sebagai *burnout*.

Salah satu fenomena yang kini terjadi adalah "*burnout". Burnout* merupakan suatu *syndrome* dalam dunia pekerjaan berupa stress kerja akut. Secara psikologi *burnout* merupakan hasil dari keadaan stress kronis yang menyebabkan kelelahan

UIN IMAM BONJOL PADANG

fisik, mental dan emosional sehingga mengakibatkan penurunan kerja(Arroisi & Afifah, 2022). *Burnout* didefinisikan sebagai suatu sindrom kelelahan emosional, depersonalisasi, dan penurunan pencapaian pribadi yang muncul sebagai respons terhadap stres kerja yang berkepanjangan, khususnya pada profesi yang berorientasi pada pelayanan manusia(Maslach & Jackson, 1981). Lebih lanjut, *burnout* tidak hanya berdampak pada individu yang mengalaminya, tetapi juga berpengaruh terhadap kualitas layanan, hubungan interpersonal, serta kesejahteraan penerima layanan (Maslach & Leiter, 2016). Oleh karena itu, *burnout* menjadi fenomena psikologis yang penting untuk dikaji secara mendalam. *Burnout* sebagai hasil dari tingkat stress yang tinggi dan berkepanjangan di tempat kerja (Schultz & Ellen Schultz, 1998). Hal itu didukung oleh pendapat yang dilakukan oleh Yeni & Niswati (2012), bahwa *burnout* yang dialami oleh pekerja berpengaruh terhadap motivasi dalam pekerjaan yang berakibat pada penurunan kinerja dan produktivitas. Sehingga, *burnout* merupakan suatu kondisi yang harus dihindari oleh seorang bekerja agar dapat menjaga kinerja dan produktivitasnya.

UIN IMAM BONJOL PADANG

Dalam konteks pengasuhan, pengasuh anak dengan disabilitas intelektual menghadapi tuntutan yang kompleks dan berkelanjutan. Anak dengan disabilitas intelektual memiliki keterbatasan dalam fungsi intelektual dan perilaku adaptif yang memengaruhi kemampuan mereka dalam menjalani aktivitas sehari-hari, sehingga membutuhkan pendampingan intensif dalam jangka panjang (Ellsworth, 2013). Kondisi ini menempatkan pengasuh pada situasi kerja yang menuntut kesabaran, konsistensi, serta keterlibatan emosional yang tinggi.

Pengasuh di lembaga sosial tidak hanya bertanggung jawab terhadap pemenuhan kebutuhan fisik anak, tetapi juga berperan dalam mendukung perkembangan emosional, sosial, dan perilaku anak dengan disabilitas intelektual. Tuntutan tersebut sering kali diperberat oleh keterbatasan fasilitas, rasio pengasuh dan anak yang tidak seimbang, serta kurangnya dukungan psikologis bagi pengasuh (Gray-Stanley dkk, 2010). Kondisi ini meningkatkan kerentanan pengasuh terhadap *burnout*.

Pengasuh dituntut untuk selalu bersabar, memahami keterbatasan anak, menghadapi perilaku problematik, serta mengulang proses pembelajaran keterampilan dasar secara berkelanjutan. Situasi ini sering kali memunculkan kelelahan emosional, terutama ketika perkembangan anak berlangsung lambat atau tidak sesuai dengan harapan (Hastings & Brown, 2023).

Penelitian di Indonesia menunjukkan bahwa *caregiver* anak dengan disabilitas intelektual memiliki risiko tinggi mengalami tekanan psikologis. Penelitian oleh Alfadea Irbah Allizaputri dkk (2023) pada *caregiver* anak dengan disabilitas intelektual di SLB-B Negeri Pembina Palembang menemukan bahwa sebanyak 27% *caregiver* mengalami depresi ringan hingga sangat berat dan 47,2% mengalami kecemasan ringan hingga sangat berat. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa tingginya tuntutan pengasuhan, kondisi anak, serta tekanan emosional menjadi faktor yang memengaruhi kondisi psikologis *caregiver* (Allizaputri, Mardhiyah, & Susanti, 2023).

UIN IMAM BONJOL PADANG

Penelitian dari Universitas Negeri Padang menunjukkan bahwa kualitas pembinaan yang dilakukan pengasuh berkaitan dengan perilaku sosial anak asuh. Temuan ini mengindikasikan besarnya tanggung jawab yang dipikul pengasuh dalam membina dan mengawasi perkembangan anak sehari-hari. Beban tanggung jawab yang tinggi merupakan salah satu faktor yang sering dikaitkan dengan *burnout* pada profesi *helping profession* (Misfar, & Aini, 2024).

Pengasuh di lembaga sosial tidak hanya berperan sebagai perawat, tetapi juga sebagai pendidik, pembimbing perilaku, dan figur *attachment* bagi anak. Beban kerja yang tinggi, rasio pengasuh dan anak yang tidak seimbang, jam kerja yang panjang, serta keterbatasan fasilitas dan sumber daya menjadi faktor yang memperberat tekanan kerja pengasuh (Gray-Stanley dkk, 2010). Dalam kondisi tersebut, pengasuh sering kali memiliki waktu yang terbatas untuk pemulihan emosional maupun pengembangan diri.

Fenomena *burnout* pada pengasuh sering kali tidak tampak secara eksplisit dan cenderung dianggap sebagai konsekuensi wajar dari tuntutan pekerjaan. Banyak pengasuh yang tetap menjalankan tugasnya meskipun mengalami kelelahan emosional, tekanan psikologis, dan konflik batin antara keinginan untuk memberikan perawatan terbaik dan keterbatasan energi yang dimiliki. Kondisi ini menunjukkan bahwa *burnout* tidak selalu muncul dalam bentuk penolakan terhadap pekerjaan, tetapi dapat terinternalisasi dalam bentuk kelelahan emosional yang tersembunyi (Maslach & Jackson, 1981).

UIN IMAM BONJOL PADANG

Setiap pengasuh memiliki pengalaman subjektif yang berbeda dalam menghadapi tuntutan pengasuhan anak dengan disabilitas intelektual. Perbedaan tersebut dipengaruhi oleh makna kerja yang dimiliki pengasuh, motivasi intrinsik, dukungan sosial, serta strategi *coping* yang digunakan dalam menghadapi tekanan kerja (Hastings & Taunt, 2002). Hal ini menunjukkan bahwa *burnout* bukanlah kondisi yang bersifat seragam, melainkan proses dinamis yang dialami secara unik oleh setiap individu. Sesuai dengan firman Allah dalam surat At-Taubah: 105:

وَقُلِ اعْمَلُوْا فَسَيَرَى اللّٰهُ عَمَلَكُمْ وَرَسُوْلُهٗ وَالْمُؤْمِنُوْنَۗ وَسَتُرَدُّوْنَ اِلٰى عٰلِمِ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ فَيُنَبِّئُكُمْ بِمَا كُنْتُمْ تَعْمَلُوْنَ

Artinya*: Dan katakanlah*, "*Bekerjalah kamu! Maka Allah, Rasul-Nya, dan orang-orang mukmin akan melihat pekerjaanmu. Kamu akan dikembalikan kepada (Zat) yang mengetahui yang gaib dan yang nyata. Lalu, Dia akan memberitakan kepada kamu apa yang selama ini kamu kerjakan"* (Departemen Agama RI, 2019)

Selain itu penelitian Ariani dan Putri (2024) menemukan bahwa pembimbing di Panti Sosial Bina Grahita Harapan Ibu Padang menghadapi berbagai tantangan, seperti beragam kebutuhan anak, keterbatasan sumber daya, kurangnya pelatihan dan dukungan, tekanan emosional, serta minimnya dukungan sosial. Kondisi tersebut dapat menjadi faktor yang meningkatkan risiko terjadinya *burnout* pada pengasuh.

Selain itu penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa pengasuh anak dengan disabilitas memiliki tingkat stres dan kelelahan emosional yang lebih tinggi dibandingkan dengan pekerja pada bidang lain, terutama ketika dukungan sosial dan *coping* yang adaptif tidak memadai (Petalas dkk, 2012). *Burnout* pada pengasuh dapat memunculkan perasaan lelah berkepanjangan, berkurangnya empati, sikap

UIN IMAM BONJOL PADANG

negatif terhadap pekerjaan, serta menurunnya makna dan kepuasan dalam menjalankan peran pengasuhan. Kelelahan kerja dapat disebabkan oleh beberapa hal seperti beban kerja, suhu ruangan, masa kerja dan monoton (Hendrawan dkk, 2019).

Burnout yang dialami pengasuh tidak hanya berdampak pada kesejahteraan psikologis individu, tetapi juga berpotensi memengaruhi kualitas pengasuhan dan hubungan pengasuh dengan anak. Pengasuh yang mengalami *burnout* cenderung mengalami kesulitan dalam mengelola emosi, menurunnya sensitivitas terhadap kebutuhan anak, serta berkurangnya efektivitas dalam menjalankan tugas pengasuhan (Maslach & Leiter, 2016). Dalam jangka panjang, kondisi ini dapat menghambat perkembangan optimal anak dengan disabilitas intelektual.

Menurut Maslach (1981) *Burnout* adalah sindrom kelelahan secara psikologis dan sikap sinisme yang muncul dengan sering pada orang-orang yang pekerjaan mereka berkaitan dengan orang lain, yang mengambarkan keadaan keletihan mental dan emosional sebagai akibat dari gejala stress yang dapat dipicu oleh tekanan besar dari peran yang diemban, batas waktu penyelesaian tugas, serta minimnya sumber daya yang dibutuhkan untuk menjalankan tanggung jawab (Maslach & Jackson, 1981). Menurut Slivar (2001), menyatakan *burnout* adalah keadaan emosional di mana individu merasakan keletihan dan kejenuhan baik secara fisik maupun mental, disebabkan oleh tekanan pekerjaan yang terus bertambah (Slivar, 2001).

UIN IMAM BONJOL PADANG

Burnout sebagai suatu keadaan yang muncul karena kurang efektifnya cara mengatasi stres, di mana para profesional berusaha untuk melindungi diri mereka dari tekanan kerja (Marin et al., 2009). *Burnout* adalah kondisi psikologis yang timbul akibat kelelahan kerja yang berlangsung lama. Kondisi ini dapat menimbulkan berbagai reaksi berupa sinisme, ketidakberdayaan, dan rasa tidak puas terhadap pekerjaan yang dijalani (Maslach & Leiter, 2016).

Selain itu menurut Ardiyanti (2019) mengatakan bahwa *burnout* dapat dikategorikan sebagai keletihan kerja, di mana keletihan kerja merupakan kondisi seseorang yang merasakan kelelahan secara fisik, mental, dan emosional yang disebabkan oleh stres yang berlangsung lama akibat pekerjaannya (Ardiyanti, 2019). Pines dan Aronson (1981) menyampaikan bahwa *burnout* merupakan jenis tekanan atau ketegangan mental yang berkaitan dengan stres berkepanjangan, yang dirasakan oleh individu setiap hari, ditandai dengan keletihan fisik, mental, dan emosional.

UIN IMAM BONJOL PADANG

Berkaitan dengan kondisi tersebut Panti Sosial Bina Grahita (PSBG) merupakan suatu instansi yang menyediakan layanan kesejahteraan sosial, dengan tanggung jawab untuk memberikan pelayanan serta rehabilitasi sosial bagi individu dengan disabilitas intelektual (tuna grahita). Menurut Mangunsong (2009), tunagrahita adalah kondisi yang ditandai oleh keterbatasan yang signifikan dalam fungsi intelektual dan perilaku adaptif yang mencakup keterampilan konseptual, sosial, dan praktis. Keterbatasan tersebut menyebabkan individu mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan tuntutan kehidupan sehari-hari.

Pengasuh anak di panti sosial bina grahita berperan sebagai pendukung yang memiliki tanggung jawab untuk merawat, memantau, dan memberikan arahan kepada anak-anak dengan disabilitas intelektual dalam aktivitas harian, serta berusaha membantu mereka untuk membangun kemandirian, kemampuan sosial, serta keterampilan yang sesuai dengan kebutuhan individual anak-anak (Bellaputri, Purba, & Qodariah, 2022).

Burnout dalam pengasuhan merupakan tekanan dan kekhawatiran yang telah melebihi batas normal, khususnya disebabkan oleh beragam beban yang dirasakan. Stres yang dialami dalam pengasuhan dapat mengakibatkan perubahan perilaku dalam cara merawat anak dengan kebutuhan khusus. Perubahan ini dapat membawa dampak negatif, seperti pengabaian terhadap anak yang memerlukan perhatian khusus, bahkan hingga tindakan kekerasan. Stress yang terjadi terus menerus dalam jangka waktu panjang dapat menyebabkan terjadinya *burnout*. Menurut Adawiyah (2013), menjelaskan bahwa orang-orang yang berprofesi di sektor pelayanan publik, seperti dokter, perawat, pengajar, atau pekerja sosial lainnya, cenderung lebih mudah mengalami kelelahan emosional (Robiatul Adawiyah, 2013).

UIN IMAM BONJOL PADANG

Hal ini diperkuat melalui observasi dan wawancara pada tanggal 11 November 2025 yang dilakukan pada pengasuh di Panti Sosial Bina Grahita Harapan Ibu Padang. Hasil observasi bahwa beberapa pengasuh mengalami kejenuhan dalam menjalani pekerjaan.

Adapun hasil wawancara pada pengasuh A mengatakan:

"*Bapak merasa pekerjan yang saat ini merupakan pekerjaan yang sangat mulia dimana Bapak bisa membina anak- anak yang berkebutuhan khusus*

seperti tuna grahita ini. Tetapi dengan pekerjaan yang polanya berjalan seperti itu saja Bapak merasa jenuh".

Hasil wawancara pengasuh B:

"*Jadi pengasuh anak berkebutuhan khusus ini tidak mudah butuh kesabaran yang ekstra untuk membinanya, serta beban tugas sehari-hari monoton. Rutinitas pengasuhan yang dilakukan secara terus-menerus dan berulang dapat menimbulkan rasa jenuh, lelah, serta menurunkan semangat dalam bekerja*".

Pandangan ini menunjukkan adanya penurunan dalam menjalankan efektifitas pekerjaan yang dapat menurunkan sensitivitas terhadap kebutuhan anak.

Berdasarkan Peraturan Menteri Sosial Republik Indonesia tentang peraturan pelaksanaan Peraturan Pemerintah Nomor 44 Tahun 2017 tentang pelaksanaan pengasuhan anak pada pasal 1 ayat 1 menyatakan bahwa "Pengasuhan Anak adalah upaya untuk memenuhi kebutuhan akan kasih sayang, kelekatan, keselamatan, dan kesejahteraan yang menetap dan berkelanjutan demi kepentingan terbaik bagi anak (Indonesia, 2017). Pekerjaan sebagai pengasuh anak di panti asuhan penuh dengan tanggung jawab dan tuntutan yang tinggi. Dalam merawat dan mendampingi anak-anak, peran pengasuh tentunya mengalami berbagai tantangan psikologis dan emosional. Pengasuh harus menjalankan tugasnya, yakni merawat dan mengasuh anak-anak dengan latar belakang yang beragam. Maka dari itu, peran dan tanggung jawab pengasuh anak di panti asuhan sangatlah besar karena anak-anak tersebut merupakan kelompok anak yang rentan dan berisiko sehingga membutuhkan perhatian yang khusus.

UIN IMAM BONJOL PADANG

Pengasuh tentunya diharapkan memahami dan menerapkan berbagai pola asuh yang disesuaikan pada masing-masing karakter serta latar belakang kehidupan anak sebelumnya. Selain itu, pengasuh harus menghadapi berbagai peraturan di

panti asuhan, seperti interaksi dengan berbagai pihak yang salah satunya pekerja sosial, peraturan jam kerja yang cukup panjang, dan tuntutan untuk menciptakan lingkungan yang kondusif bagi tumbuh kembang anak yang diasuh secara optimal (Cahyo, & Roesminingsih, 2021).

Berdasarkan penelitian-penelitian sebelumnya, masih banyak hal yang dapat di teliti terkait *burnout* pada pengasuh. Maka dari itu, peneliti tertarik untuk menggali terkait fenomena yang dijelaskan pada uraian diatas tersebut. Peneliti ingin mengetahui tentang "**Gambaran *Burnout* Pada Pengasuh Anak Dengan Disabilitas Intelektual Di Panti Sosial Bina Grahita Harapan Ibu Padang**."

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas, maka dari itu penelti tertarik untuk meneliti gambaran *burnout* pada pengasuh anak dengan disabilitas intelektual di Panti Sosial Bina Grahita Harapan Ibu Padang.

UIN IMAM BONJOL PADANG

C. Batasan Masalah

Agar penelitian lebih terarah dan tidak keluar dari pokok pembahasan yang akan diteliti, maka yang menjadi batasan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana gambaran *burnout* pada pengasuh di Panti Sosial Bina Grahita Harapan Ibu Padang?
2. Apa saja faktor -faktor yang melatarbelakangi munculnya *burnout* pada pengasuh di Panti Sosial Bina Grahita Harapan Ibu Padang?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah disusun di atas, Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui dan medapatkan informasi tentang dinamika *burnout* pada pengasuh anak dengan disabilitas intelektual di Panti Sosial Bina Grahita Harapan Ibu Badang sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui bagaimana gambaran *burnout* pada pengasuh di Panti Sosial Bina Grahita Harapan Ibu Padang
2. Untuk mengetahui apa saja faktor -faktor yang melatarbelakangi munculnya *burnout* pada pengasuh di Panti Sosial Bina Grahita Harapan Ibu Padang.

E. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

Memperkaya literatur tentang *burnout* dalam konteks panti sosial, karena penelitian mengenai *burnout* pada pengasuh di lingkungan panti grahita masih terbatas. Memberikan pemahaman baru mengenai faktor-faktor penyebab, dinamika, dan proses terbentuknya *burnout*, sehingga dapat menjadi acuan bagi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan model intervensi atau penelitian lanjutan. Menguatkan teori-teori terkait *burnout* dengan memberikan gambaran empiris bagaimana konsep *burnout* muncul dalam konteks pengasuhan anak disabilitas intelektual.

2. Praktis

Membantu pengasuh mengenali tanda-tanda *burnout* yang mereka alami sehingga bisa mengambil langkah pencegahan atau mencari dukungan. Menjadi

UIN IMAM BONJOL PADANG

dasar bagi pihak panti untuk merancang program dukungan, seperti pelatihan manajemen stres, *supervisi*, atau rotasi kerja.

F. Penjelasan Judul

Burnout merupakan kondisi kelelahan yang muncul akibat stres berkepanjangan dalam pekerjaan dan ditandai oleh kelelahan emosional, depersonalisasi, serta menurunnya pencapaian diri. *Burnout* banyak ditemukan pada profesi yang berorientasi pada pelayanan dan bantuan kepada orang lain (*helping profession*), termasuk pekerjaan pengasuhan (Maslach, Schaufeli, & Leiter, 2001).

Anak dengan disabilitas intelektual merupakan individu yang memiliki keterbatasan dalam fungsi intelektual dan perilaku adaptif yang meliputi keterampilan konseptual, sosial, dan praktis dalam kehidupan sehari-hari. Kondisi ini menyebabkan mereka membutuhkan bantuan, pendampingan, dan dukungan yang berkelanjutan dari orang-orang di sekitarnya (APA, 2022).

UIN IMAM BONJOL PADANG

Panti sosial yang memberikan layanan kepada anak dengan disabilitas intelektual menjadi lingkungan yang memiliki tuntutan pengasuhan cukup tinggi. Pengasuh tidak hanya bertanggung jawab terhadap kebutuhan fisik anak, tetapi juga harus mampu menghadapi berbagai perilaku, keterbatasan komunikasi, serta kebutuhan emosional anak setiap hari. Kondisi tersebut berpotensi menimbulkan kelelahan fisik, mental, dan emosional apabila berlangsung dalam jangka waktu yang lama (Ardiyanti., 2019).

Melalui penelitian ini, diharapkan dapat diperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai gambaran *burnout* pada pengasuh anak dengan disabilitas intelektual di Panti Sosial Bina Grahita Harapan Ibu Padang, sehingga hasil penelitian dapat menjadi masukan bagi lembaga dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis pengasuh dan kualitas pelayanan yang diberikan kepada anak-anak dengan disabilitas intelektual.

G. Sistematika Penulisan

Merupakan penjabaran mengenai garis besar hal-hal yang dijelaskan dalam penelitian. Adapun cara penulisannya antara lain, yaitu:

BAB I: PENDAHULUAN

Pendahuluan yang terdiri dari latar belakang, identifikasi masalah, rumusan masalah, batasan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, penjelasan judul dan sistematika penulisan.

UIN IMAM BONJOL PADANG

BAB II: TINJAUAN PUSTAKA

Pada bab ini membahas tentang kajian kepustakaan konseptual, penelitian relevan dan kerangka konseptual.

BAB III: METODE PENELITIAN

Pada bab ini berisikan tentang jenis penelitian, lokasi penelitian, data dan sumber data, teknik pengambilan data, teknik analisis data dan uji keabsahan data.

BAB IV: HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dan pembahasan, yang terdiri dari penjelasan mengenai jenis penelitian, lokasi, informan, teknik pengambilan data, kredibilitas penelitian.

BAB V: PENUTUP

Kesimpulan dan saran.

UIN IMAM BONJOL
PADANG