BAB V
PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis penelitian dan pembahasan tentang *burnout* pada pengasuh anak disabilitas intelektual, bahwa ketiga subjek mengalami *burnout*. Hal ini dapat terlihat dari aspek-aspek yang pada umumnya dimiliki ketiga subjek, sebagai berikut:

1. Gambaran *burnout* pada pengasuh anak disabilitas intelektual

   Dilihat dari aspek-aspek *burnout* yang terdiri dari kejenuhan emosional (*emotional exhaustion*), depersonalisasi (*depersonalization*), dan pencapaian profesional (*personal accomplishment*), ketiga subjek menunjukkan kondisi yang berkaitan dengan ketiga aspek tersebut.

   Pada aspek kejenuhan emosional (*emotional exhaustion*), terdapat indikator kejenuhan dalam menghadapi perilaku anak dan kelelahan emosional dalam menjalankan tugas pengasuhan. Kejenuhan dan kelelahan tersebut muncul karena rutinitas pengasuhan yang dilakukan secara berulang, banyaknya anak dalam satu asrama, perilaku anak yang berbeda-beda, serta tuntutan pengasuhan yang membutuhkan perhatian dan kesabaran. Ketika mengalami lelah atau tidak dalam kondisi yang baik, pengasuh terkadang memilih untuk diam atau mengurangi interaksi dengan anak.

UIN IMAM BONJOL PADANG

Pada aspek depersonalisasi (*depersonalization)*, indikator yang ditemukan yaitu adanya perubahan sikap pengasuh terhadap anak dan menjaga jarak atau mengurangi interaksi dengan anak ketika pengasuh mengalami kelelahan atau tekanan. Subjek menunjukkan perubahan respons dalam menghadapi anak, seperti mendiamkan anak, menunjukkan rasa marah atau kesal, meningkatkan suara, maupun memberikan tindakan tertentu ketika anak sulit diarahkan. Perubahan respons tersebut muncul sebagai akibat dari kelelahan dan tekanan yang dirasakan selama menjalankan tugas pengasuhan.

Pada aspek pencapaian profesional (*personal accomplishment*), indikator yang ditemukan adalah pencapaian selama menjalankan tugas sebagai pengasuh. Ketiga subjek merasakan keberhasilan dalam menjalankan tugas pengasuhan. Hal tersebut terlihat dari perkembangan anak yang sebelumnya belum mampu melakukan aktivitas tertentu menjadi mampu melakukannya secara mandiri, seperti mencuci, melipat pakaian, menyapu, mengepel, menjaga kebersihan diri, bersosialisasi, dan mengikuti berbagai keterampilan. Keberhasilan tersebut menimbulkan rasa bangga dan memberikan kepuasan bagi pengasuh dalam menjalankan tugasnya.

2. Faktor yang melatarbelakangi *burnout* pada pengasuh anak disabilitas intelektual

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat beberapa faktor yang melatarbelakangi *burnout* pada pengasuh anak disabilitas intelektual, yaitu

UIN IMAM BONJOL PADANG

beban dan tuntutan sebagai pengasuh, perilaku anak yang beragam, dan rutinitas pengasuh yang berulang.

Beban dan tuntutan sebagai pengasuh terlihat dari banyaknya tanggung jawab yang harus dilakukan, mulai dari mengawasi anak, membantu aktivitas sehari-hari, mengajarkan kemandirian, mengontrol kegiatan anak, hingga memastikan kebutuhan anak terpenuhi. Tuntutan tersebut dilakukan secara terus-menerus dan membutuhkan tenaga, perhatian, kesabaran, serta keterlibatan emosional dari pengasuh.

Faktor perilaku anak yang beragam. Setiap anak memiliki pola dan tingkah laku yang berbeda sehingga pengasuh harus menyesuaikan cara dalam menghadapi masing-masing anak. Keberagaman perilaku tersebut menjadi salah satu tantangan yang dapat menimbulkan kelelahan dan kejenuhan bagi pengasuh.

UIN IMAM BONJOL PADANG

Faktor rutinitas pengasuh yang berulang. Kegiatan pengasuhan dilakukan secara berulang setiap hari, seperti mengajarkan aktivitas kehidupan sehari-hari, mengawasi anak, membantu kebutuhan anak, serta menjaga kebersihan dan kemandirian anak. Rutinitas yang dilakukan terus-menerus dapat menimbulkan rasa jenuh bagi pengasuh.

Dengan demikian, *burnout* pada pengasuh anak disabilitas intelektual tidak hanya ditandai dengan munculnya kejenuhan emosional dan perubahan respons terhadap anak, tetapi juga terdapat pencapaian

profesional yang dirasakan pengasuh melalui perkembangan dan kemandirian anak.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, maka peneliti memberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi Subjek

   Pengasuh anak disabilitas intelektual diharapkan dapat lebih memperhatikan kondisi fisik dan psikologis selama menjalankan tugas pengasuhan. Pengasuh diharapkan dapat memanfaatkan waktu istirahat dengan baik, melakukan kegiatan yang dapat mengurangi kejenuhan, serta berbagi cerita dan pengalaman dengan sesama pengasuh ketika menghadapi kesulitan dalam menjalankan tugas. Selain itu, pengasuh diharapkan tetap mempertahankan perasaan bangga dan kepuasan terhadap perkembangan anak karena keberhasilan anak dalam mencapai kemandirian dapat menjadi sumber motivasi bagi pengasuh.

2. Bagi Panti Sosial Bina Grahita Harapan Ibu Padang

   Pihak Panti Sosial Bina Grahita Harapan Ibu Padang diharapkan dapat memberikan perhatian terhadap kondisi fisik dan psikologis pengasuh. Pihak panti dapat memberikan kesempatan istirahat yang cukup, melakukan kegiatan penyegaran untuk mengurangi kejenuhan, serta memberikan dukungan kepada pengasuh dalam menghadapi tuntutan pekerjaan dan

UIN IMAM BONJOL PADANG

perilaku anak yang beragam. Hal tersebut diharapkan dapat membantu pengasuh dalam mengurangi risiko *burnout* dan mempertahankan kualitas pengasuhan.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya agar dapat lebih mengembangkan penelitian terkait *burnout* pada pengasuh anak disabilitas intelektual dengan menggali lebih dalam faktor-faktor yang memengaruhi *burnout*. Peneliti selanjutnya juga dapat mengkaji faktor lain yang belum tergali dalam penelitian ini, seperti dukungan sosial, strategi *coping*, kondisi lingkungan kerja, maupun kondisi psikologis pengasuh. Selain itu, penelitian selanjutnya diharapkan dapat melibatkan subjek yang lebih beragam sehingga memperoleh gambaran *burnout* yang lebih luas.

UIN IMAM BONJOL
PADANG

DAFTAR PUSTAKA

Allizaputri, A. I., Mardhiyah, A., & Susanti, E. (2023). *Gambaran tingkat depresi, kecemasan, dan stres pada caregiver anak dengan disabilitas intelektual di SLB-B Negeri Pembina Palembang.*

American Psychiatric Association. (2022). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed., text rev.; DSM-5-TR).

American Psychiatric Association (2022). Forgiveness therapy sebagai salah satu intervensi terapeutik dalam konseling. Jurnal Bimbingan Konseling I& Putri, N. S. (2024). Problematika pembimbing dalam membina penyandang tuna grahita di Panti Sosial Bina Grahita Harapan Ibu Padang. Indonesian Journal of Counseling and Development, 6(1).

APA. (2022). Forgiveness therapy sebagai salah satu intervensi terapeutik dalam konseling. *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, *7*(2), 99–106.

Ardiyanti. (2019). *Burnout pada pekerja sosial: Kajian mengenai kelelahan kerja dalam profesi pelayanan sosial.*

Ardiyanti, I. (2019). Pengaruh Kelelahan Kerja dan Kepuasan Kerja Terhadap Turnover Intention. *Jurnal Inspirasi Bisnis Dan Manajemen*, *3*(1), 11. https://doi.org/10.33603/jibm.v3i1.2190

Ariani, F., & Putri, N. S. (2024) Problematika pembimbing dalam membina penyandang tuna grahita di Panti Sosial Bina Grahita Harapan Ibu Padang. I*ndonesian Jurnal Of Counseling and Development.*

UIN IMAM BONJOL PADANG

Arroisi, J., & Afifah, H. (2022). Sindrom Burnout Perspektif Herbert J. Freudenberger. *Cakrawala Repositori IMWI*, *5*(2), 290–302. https://doi.org/10.52851/cakrawala.v5i2.114

Audina, M. . Andini. M. . Guswantina. L. . Sashikirana. K. W. . Marlina. R. . & Putra. Z. T. (2023). Pendidikan inklusi bagi anak tuna grahita.

Azzakiyah, N., D. (2025). *Resiliensi single mother yang memiliki anak disabilitas intelektual.*

Bakker, A. B., & Demerouti, E. (2007). *The Job Demands–Resources model: State of the art. Journal of Managerial Psychology*, 22(3), 309–328.

Bellaputri, A., Purba, F. D., & Qodariah, L. (2022). *Kualitas hidup orang tua dari anak dengan disabilitas intelektual: Studi kualitatif.*

Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control. W. H. Freeman and Comany.*

Cahyo, R. A. N., & Roesminingsih, M. V. (2021). *Peran Pengasuh dalam Perkembangan Sosial Emosional Anak di Panti Asuhan Bonek Sidoarjo. J+PLUS: Jurnal Pendidikan Luar Sekolah.*

Creswell. (2007). Penelitian Kualitatif dan Riset. *Pustaka Belajar*.

Creswell. (2007). *Qualitave inquiry and research design: Choosing Among Five Approaches (2nd ed),. In Sage Publications (pp. 37-38*).

Ellsworth, P. D. (2013). Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder. *The American Journal of Occupational Therapy*, *34*(12), 819–819. https://doi.org/10.5014/ajot.34.12.819a

Firdausi, J., & Wajdi, M. F. (2024). Pengaruh Talent Management Dan Employee

UIN IMAM BONJOL PADANG

Engagement Terhadap Kinerja Karyawan. *Jesya*, *7*(1), 1080–1092. https://doi.org/10.36778/jesya.v7i1.1525

Gray-Stanley, J. A., Muramatsu, N., Heller, T., Hughes, S., Johnson, T. P., & Ramirez-Valles, J. (2010). Work stress and depression among direct support professionals: The role of work support and locus of control. *Journal of Intellectual Disability Research*, *54*(8), 749–761. https://doi.org/10.1111/j.1365-2788.2010.01303.x

Hastings, R.P., & Brown, T. (2023). Coping strategies and the impact of challenging behaviors on special educators' burnout. *Hastings, R.P., & Brown, T.*, *32*(3), 167–186.

Halawiah. (2018). *Halawiah. (2018). Fenomena caregiver keluarga yang merawat penyandang disabilitas sejak lahir(2018). Fenomena caregiver keluarga yang merawat penyandang disabilitas sejak lahir*.

Hastings, R. P., & Taunt, H. M. (2002). Positive perceptions in families of children with developmental disabilities. *American Journal on Mental Retardation*, *107*(2). https://doi.org/10.1352/0895-8017(2002)107<0116:PPIFOC>2.0.CO;2

Herdiansyah, H. (2012). *Metodologi penelitian kualitatif. Jakarta: Salemba Humanika.*

Hobfoll, S. E. (1989). *Conservation of resources: A new attempt at conceptualizing stress*.

Indonesia, R. (2017). *undang- undang Nomor 44 Tahun 2017 tentang pelaksanaan*

UIN IMAM BONJOL PADANG

pengasuhan anak pada pasal 1 ayat 1.

John, C. W. (2013). Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed. *Pustaka Pelajar*.

M, Bayu. Hendrawan., IM, Sutajaya., & DM, Citrawathi. (2019). Mekanisme Kerja Borongan yang Monoton dan Repetitif Meningkatkan Keluhan Muskuloskeletal dan Kelelahan Penenun di Desa Gelgel Klungkung. *Jurnal Pendidikan Biologi Undiksha*, *6*(1), 44–51.

Marin, J. M., Campayo, J. G., Mera, D. M., & Del Hoyo, Y. L. (2009). A new burnout definition based on Farber's proposal. *Journal of Occupational Medicine and Toxicology*, 1–17.

Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). *Job burnout. Annual Review of Psychology*.

Maslach, C. (2001). What have we learned about burnout and health? *Psychology and Health*, *16*(5), 607–611. https://doi.org/10.1080/08870440108405530

Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Organizational Behavior*, *2*(2), 99–113. https://doi.org/10.1002/job.4030020205

Maslach, C., & Leiter, M. P. (1997). The truth about burnout: How organizations cause personal stress and what to do about it. *Atlantic*, 125–128.

Maslach, C., & Leiter, M. P. (2016). Understanding the burnout experience: Recent

UIN IMAM BONJOL PADANG

research and its implications for psychiatry. *World Psychiatry*, *15*(2), 103–111. https://doi.org/10.1002/wps.20311

Mangung, F. (2009). Psikologi dan pendidikan anak berkebutuhan khusus (Jilid 1). Depok: LPSP3 Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.

Misfar, & Aini, W. (2024). *Hubungan antara pembinaan moral oleh pengasuh dengan perilaku sosial anak di Panti Asuhan Khusus Anak Mentawai Gurun Laweh Kota Padang. Jurnal Family Education.*

Musdalifah. (2022). *Strategi pengasuh dalam melatih kemandirian penyandang disabilitas intelektual di Yayasan Sayap Ibu Yogyakarta.*

Nurwiiyati, E. N. dan E. (2019). *Konseling Stres Bagi Pengasuh Anak Balita*.

Pekasa, E., & Rostiana, R. (2018). Peran Job Embeddedness Terhadap Kinerja Dengan Keterikatan Kerja Dan Keinginan Untuk Menetap Sebagai Mediator. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, *2*(1), 335–341. https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v2i1.1635

Petalas, M. A., Hastings, R. P., Nash, S., Reilly, D., & Dowey, A. (2012). The perceptions and experiences of adolescent siblings who have a brother with autism spectrum disorder. *Journal of Intellectual and Developmental Disability*, *37*(4), 303–314. https://doi.org/10.3109/13668250.2012.734603

Putri, A. H. (2019). *Pola asuh panti asuhan dalam membina moral anak asuh*.

Rahmawati, A., & Widiasih, R. (2020). *Pengalaman pengasuh dalam merawat anak dengan disabilitas ganda: Studi fenomenologi.*

UIN IMAM BONJOL PADANG

Ramadhani, A. F., & Rahmandani, A. (2019). *Pengalaman pengasuhan single mother yang memiliki anak disabilitas intelektual (Studi Interpretative Phenomenological Analysis).*

RI, D. A. (2019a). Al-Qur'an dan Terjemahnya, QS.Al-Baqarah [2]: 45

Riyadi, D. (2014). *Resiko masalah perkembangan danmental emosional anak yang diasuh di panti asuhan dibandingkan dengan diasuh orang tua*.

Robiatul Adawiyah, R. A. (2013). Kecerdasan Emosional, Dukungan Sosial dan Kecenderungan Burnout. *Persona:Jurnal Psikologi Indonesia*, *2*(2). https://doi.org/10.30996/persona.v2i2.97

Rosyid, F. F. & H. F. (2024). Karakteristik Pekerjaan, Dukungan Sosial dan Tingkat Burn-Out pada Non Human Service Corporation. *Jurnal Psikologi UGM,* `. L., Luckasson, R., & Tassé, M. J. (2021). Intellectual Disability: Definition, Diagnosis, Classification, and Systems of Supports (12th ed.).

schalock, R. L., Luckasson, R., & Tesse, M. J. (2021). *Intellectual Disability: Definition, Diagnosis. Classification, and Systems of Supports (12th ed)*

Schultz, D. P., & Ellen Schultz, S. (1998). *Psychology and Work Today;An Introduction to Industrial and Organizational Psychology;10*.

Salsabilla, N. (2023). Resiliensi family caregiver tunggal anak dengan intellectual disability.

Slivar, B. (2001). The syndrome of burnout, self-image, and anxiety with grammar school students. *Psiholoska Obzorja*, *10*(2), 21–32.

Sucy, N. A. Fitriana, D., Octavia, I.A. (2024). *Hardiness (ketangghan) pada orang*

UIN IMAM BONJOL PADANG

tua yang memiliki anak tuna grahita di SLB Wacana Asih Padang. Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang

Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta.*

Sugiyono. (2019). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R & D. *Sustainability (Switzerland)*, *11*(1), 1–14.

UIN IMAM BONJOL PADANG