

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sebuah keluarga dibentuk dari pernikahan yang terdiri dari sepasang suami dan istri. Pernikahan menurut Islam sendiri merupakan tugas agar seorang muslim dapat bertanggung jawab terhadap orang muslim lainnya. Manfaat dari adanya pernikahan sendiri sangatlah banyak seperti memelihara keturunan, menjaga ketentraman dan keselamatan jiwa. Kelahiran anak merupakan sebuah kebanggaan tersendiri bagi setiap pasangan suami dan istri, terutama untuk ibu. Bagi seorang ibu, hadirnya anak akan menyempurnakan kehidupannya.

Ibu pasti berharap memiliki anak yang dilahirkan dengan keadaan sehat dan normal, baik itu dari segi fisik maupun sehat psikis ataupun mental, orang tua juga mendambakan anaknya tumbuh menjadi anak yang cerdas, berhasil dan sukses (Hurlock, 2012). Kenyataannya, tidak semua kondisi anak sesuai dengan harapan orang tua, seperti contoh bayi yang lahir dengan keadaan tidak sempurna seperti terdapat kelainan fisik maupun psikis. Hal tersebut dapat terjadi di setiap orang tua dan keadaan seperti ini dapat membuat orang tua khususnya ibu mengalami kekecewaan yang lebih besar dibandingkan dengan suami. Hal ini dikarenakan intensitas bersama anak lebih besar ibu dari pada suami (Zeiler, 2011).

Cherry (Prasa, 2011) menyatakan bahwa mempunyai anak dengan kekhususan seperti kelainan fisik maupun psikis memiliki banyak sekali tantangan seperti adanya stigma dari lingkungan sekitar, isolasi bahkan harapan yang tipis. Tidak jarang ada ibu yang memiliki perasaan tidak berharga sebab melahirkan anak dengan gangguan tersebut (Safaria, 2005). Kehadiran seorang anak dengan gangguan perkembangan juga akan menyebabkan ibu mengalami penyangkalan, penolakan dan juga menyalahkan diri sendiri terhadap kondisi yang dialami (Triana & Andriany, 2010). Hal tersebut dapat berdampak pada pola asuh, seperti menelantarkan anak, depresi ibu, mengisolasi anak karena merasa malu. Kondisi

seperti ini membuat ibu merasa tertekan sebab kenyataan yang ada tidak sesuai dengan apa yang diinginkan.

Bentuk-bentuk gangguan yang dialami pada anak berkebutuhan khusus antara lain yaitu seperti kelainan fisik, perkembangan, perilaku anak maupun emosi yang beresiko. Kelainan-kelainan anak yang berbeda ini membuat orang tua dapat memberikan reaksi yang beragam, salah satu kelainan yang terjadi adalah anak dengan gangguan autisme. Autis bisa dikatakan sebagai gangguan komunikasi yang mencakup verbal maupun non verbal (Sugiarto, 2004) . (Judarwanto, 2006) juga menjelaskan bahwa autis yaitu gangguan dengan adanya merupakan keterlambatan dalam perkembangan seperti pikiran, bahasa, interaksi dan komunikasi. Faktor-faktor penyebab gangguan autis yaitu genetik (keturunan), virus, nutrisi yang buruk, jamur, keracunan makanan pada masa kehamilan. Autis juga dapat disebabkan oleh kekurangan oksigen, polusi udara dan makanan. (Suharso, 2004) menyatakan bahwa gejala autis biasanya tampak pada usia kurang dari 3 tahun seperti tidak menunjukkan adanya kontak mata dan respon terhadap lingkungan sekitar. Setelah 3 tahun tersebut jika tidak adanya terapi maka perkembangan anak akan semakin terhambat, seperti tidak mengenal nama dia sendiri dan siapa orang tuanya.

Penelitian di Amerika (Widodo, 2008) menemukan bahwa terdapat di dalam otak bayi ditemukan banyak tumpukan protein. Hal tersebut menyebabkan bayi berkembang dengan gangguan autis. Hal seperti itu juga pernah ditemukan di Jakarta, dimana saat masih mengandung ibu tersebut suka sekali mengkonsumsi ikan dengan maksud agar kelak anak bisa tumbuh dan berkembang menjadi anak yang cerdas. Hal tersebut tidak bisa jadi keputusan apakah dengan mengkonsumsi ikan bisa menyebabkan anak menjadi cerdas atau tidak. Kita juga harus memperhatikan dari mana ikan tersebut diperoleh, bagaimana lingkungan ikan tersebut dan lain sebagainya.

Gejala autis tidak pandang bulu, bisa mengenai siapa saja. Kasus autis di Kanada dan Jepang sejak tahun 1980 berkembang hingga mencapai 40%. Sementara di California terdapat 9 kasus autisme per hari pada tahun 2002 dan di Amerika terdapat kasus 6.000- 15.000 anak di bawah 15 tahun yang menderita

gangguan autisme. Di negara kita sendiri yaitu Indonesia, anak dengan gangguan autis mencapai 150 ribu dan hingga sekarang belum dipastikan penyebab yang tepat. Karakteristik anak autis antara lain yaitu ketidakmampuan melakukan interaksi non verbal seperti gesture tubuh, sulit bermain dengan teman, ekspresi muka dan tidak adanya rasa empati. Autisme belum banyak di pahami oleh masyarakat, sehingga untuk penanganannya pun belum dapat dilakukan dengan tepat. Orang tua lah yang banyak menanggung beban atas gangguan yang terjadi pada anak tersebut (Somantri, 2007).

(Nurhayati, 2003) menyatakan bahwa masalah-masalah yang dihadapi oleh orang tua tersebut biasanya yaitu mengalami shock karena diagnosis tersebut, bingung , memiliki perasaan bersalah, malu, adanya masalah ekonomi sehingga tidak bisa melakukan perawatan yang intens terhadap anak, kurang bisa mengontrol emosi dalam menghadapi anak, dan bingung akan masa depan anak tersebut. Bristol dan Schopler (Nugroho, 2011) menyatakan bahwa tingkat stres yang dimiliki oleh ibu yang memiliki anak autis lebih tinggi dari pada ibu dengan anak yang menderita gangguan *down syndrom* atau anak retradasi mental.

Penelitian yang dilakukan oleh Sabih dan Sajid (Nugroho, 2011) menjelaskan bahwa terdapat 60 sampel orang tua yang memiliki anak autis dengan pembagian 30 ayah dan 30 ibu. Hasil penelitian membuktikan bahwa tingkat stres yang di miliki ibu lebih besar dibandingkan tingkat stres yang ada pada ayah. RM. Boyd (Nugroho, 2011) menjelaskan bahwa jika seorang ibu ingin terhindar dari stres akibat perilaku anak maka ibu harus mengatasi hal tersebut. Dalam rangka mengatasi masalah-masalah yang ditimbulkan oleh anak dengan gangguan autisme, seorang ibu memiliki sebuah strategi untuk menghadapi dan mengatasi stres tersebut. Konsep untuk memecahkan masalah yang dihadapi tersebut disebut dengan koping.

Penelitian yang dilakukan oleh (Nurhayati, 2003) menyatakan bahwa 4 dari 10 pasangan orang tua yang memiliki anak autis memiliki koping stres yang buruk seperti suka memukul anak, marah kepada anak dan tidak jarang mereka mengisolasi anak. Hal tersebut di akui oleh mereka sendiri dengan alasan mereka menganggap bahwa diri mereka berbeda dengan orang tua pada umumnya. Mereka

beranggapan bahwa mereka tidak cukup mampu untuk menghadapi ujian yang diberikan Tuhan dan mereka memiliki penilaian yang buruk terhadap diri mereka sendiri.

Koping diperlukan untuk menyeimbangkan emosi individu saat ada tekanan. Koping stres diartikan sebagai suatu cara yang dilakukan untuk menghadapi stres dan tekanan yang ada dalam diri individu. Dengan adanya koping stres ini diharapkan agar individu tetap dapat melanjutkan kehidupan walaupun sedang ada masalah. Koping stres juga dimaknai sebagai usaha kognitif dalam menuju keadaan yang lebih baik. Taylor (Wardani, 2009) menjelaskan bahwa tujuan dari koping stres ada 4, yaitu agar individu dapat mempertahankan keseimbangan emosi, menjaga konsep diri yang positif, mengurangi tekanan dan agar dapat tetap melanjutkan hubungan dengan orang lain. Lazarus dan Folkman (Rustiana, 2003) menyatakan koping stres terbagi 2, yaitu *emotion focused coping* dan *problem focused coping*. *Emotion focused coping* yaitu strategi yang digunakan untuk meredakan emosi individu saat menghadapi stres. *Problem focused coping* digunakan untuk mengatasi hal-hal yang menyebabkan stres dan secara langsung.

Individu dalam memberikan reaksi untuk mengatasi stres sangatlah beragam, hal ini dipengaruhi dari pengalaman dan persepsi individu sendiri mengenai stres. (Rustiana, 2003) berpendapat bahwa koping pada umumnya akan otomatis muncul dari individu itu sendiri, ketika individu tersebut merasakan tekanan maka akan diuntut untuk segera mengatasi ancaman tersebut. Dari pengalamannya ini, individu akan melakukan evaluasi untuk memutuskan strategi apa yang akan digunakan seterusnya.

Berikut adalah hasil wawancara kepada ibu yang memiliki anak autis dalam menghadapi stres :

“Stress itu ada, banyak mbak. Tapi saya percaya tidak selamanya dia bakal nyusahin. Ya dijalani kalau saya mbak. Kalau saya percaya saya bisa menghadapi semuanya mba, yang penting jangan pernah minder dikasih anak seperti ini. Saya sering sekali mendapat dukungan dari keluarga, teman-teman jadi saya tidak pernah minder karena mereka saja memberikan support pada saya” (subjek 1)

“Saya merasa kecewa, sedih sekali mba. Saya juga merasa depresi mba awalnya. Hmm gimana ya mba, saya pernah merasa malu dan tidak

percaya dengan diri sendiri mba. Saya pernah mengucilkan anak, marah-marah ke dia karena saya jengkel mba. Saya capek.” (Subjek 2)

“Saya senang mba karena sekarang saya mampu memberikan pendidikan yang layak buat anak saya, saya tidak malu dan tidak menjadikan ini beban. Saya pernah malu, tapi saya mikir kenapa harus malu. Ini kan pemberian Allah.. Jika saya merasa sedikit lelah dan stress, hal yang saya lakukan ya berdoa mba dan ambil sisi positifnya saja saya punya anak seperti ini” (Subjek 3)

“Jujur saja, anak saya sering tak marahi, apalagi jika saya stres. Saya tidak pernah membawa anak saya ke acara-acara besar seperti kondangan gitu. Gak tau kenapa ya, saya masih sulit menerima kondisi anak. Dari pada setiap hari saya marah, saya sekolahkan saja anak saya. Biar pembantu yang mengurusnya” (Subjek 4)

“Saya suka sekali mencoba lari dari masalah, saya tidak pernah bertanya kepada teman maupun orang yang ahli mengenai anak saya awalnya. Tetapi lama kelamaan kalo tak gituin anak saya kasian, bagaimanapun juga anak saya tidak salah. Saya masih berusaha untuk tidak mengungkit keadaan anak saya lagi” (Subjek 5)

Berdasarkan wawancara dari ke lima subjek di atas maka dapat diketahui bahwa setiap ibu memiliki koping stres yang beragam dalam menghadapi anak mereka, baik itu koping stres yang positif maupun negatif. Subjek 1 memilih untuk berdoa dan berusaha dan selalu memberikan yang terbaik untuk anak. Subjek 2 memilih untuk marah kepada anak dan memiliki anak dengan kondisi autisme seperti ini membuat subjek merasa malu. Subjek 3 yakin bahwa memiliki anak autisme bukan suatu ujian, subjek yakin akan kemampuan dirinya. Subjek 4 memilih untuk mencari dukungan keluarga dan berdoa kepada Allah. Subjek 5 malu memiliki anak dengan kondisi memiliki gangguan dan sering marah kepada anak. Subjek 5 awalnya tidak bisa menerima keadaan anak dan memilih untuk lari dari masalah, tetapi pada akhirnya mencoba untuk berpikir positif. Koping stres yang beragam ini dipengaruhi karena setiap ibu memiliki pandangan dan penilaian yang berbeda tentang diri sendiri. Pandangan-pandangan terhadap diri sendiri tersebut di sebut dengan konsep diri.

Faktor-faktor yang mempengaruhi koping stres di antaranya yaitu konsep diri. (Agustiani, 2009) berpendapat bahwa konsep diri adalah gambaran seseorang

terhadap diri sendiri dan terbentuk dari pengalaman-pengalaman individu tersebut. Konsep diri ini yang akan berpengaruh terhadap perkembangan kepribadian individu dan kehidupan individu itu sendiri. William. D. Brooks (Susanti, 2014) menyatakan bahwa konsep diri dianggap sebagai keyakinan dan pandangan individu mengenai diri sendiri.

Ibu yang memiliki konsep diri yang baik maka akan memunculkan koping stres yang baik pula. Sebaliknya, munculnya frustrasi yang ada pada ibu yang memiliki anak autis salah satunya di karenakan mereka memiliki pemahaman yang buruk terhadap diri sendiri. Penelitian yang dilakukan oleh Hjelle & Ziegler (Nugroho, 2011) menyatakan bahwa ibu yang memiliki anak autis dapat dikatakan mampu melakukan koping stres dengan baik jika mampu mengenal dan memahami dirinya dengan baik.

Schultz (Nugroho, 2011) berpendapat bahwa ibu yang memiliki toleransi terhadap stres dapat diartikan mampu menerima kelemahan dan kekuatan tanpa merasakan keluhan maupun kesusahan yang ada pada dirinya. Hal ini menjelaskan bahwa individu memiliki pandangan yang baik akan dirinya. Pandangan yang baik tersebut mengakibatkan individu mampu memandang seluruh hal merupakan tugas yang mampu di selesaikan dengan kata lain memiliki konsep diri yang positif.

Penelitian tentang koping stres telah banyak dilakukan, diantaranya penelitian yang dilaksanakan oleh (Darmawanti, 2012) dengan judul “Hubungan antara tingkat religiusitas dengan kemampuan mengatasi stres pada ibu yang memiliki anak tunagrahita di SLB N Purwakarta” menyatakan ada hubungan positif yang signifikan dengan skor r_{xy} yang diperoleh sebesar 0,717 dengan sig 0,000.

Penelitian yang dilakukan oleh (Pratiwi, 2007) dengan judul “Hubungan antara dukungan sosial dengan *coping stress* pada ibu yang memiliki anak *autism spectrum disorder* di Medan ” menyatakan ada hubungan ada hubungan positif yang signifikan dengan skor r_{xy} yang diperoleh sebesar 0,690 dan sig 0,000.

Penelitian yang dilakukan oleh (Nuraeni, 2017) dengan judul “ Hubungan antara intensitas puasa senin kamis dengan tingkat stres pada ibu yang memiliki anak autis di SLB N 1 Bantul” menyatakan ada korelasi positif dan signifikan dengan skor r_{xy} sebesar 0,590 dan sig 0,000.

Penelitian ini dengan penelitian sebelumnya memiliki perbedaan, yaitu ada pada variabel bebas yaitu konsep diri. Selain itu peneliti akan memilih populasi ibu yang memiliki anak autis di SLB Semarang. Dengan demikian penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti dapat dikatakan orisinal.

Berdasarkan permasalahan-permasalahan di atas maka peneliti ingin mengungkap hubungan antara konsep diri dengan koping stres pada ibu yang memiliki anak autis di SLB di Semarang.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang permasalahan yang ada maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu apakah terdapat hubungan antara konsep diri dengan koping stres pada ibu yang memiliki anak autis?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara konsep diri dengan koping stres pada ibu yang memiliki anak autis dan untuk mengetahui sumbangan efektif variabel konsep diri terhadap variabel koping stres.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini memiliki manfaat yaitu dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan untuk melakukan penelitian-penelitian lain yang berkaitan dengan Psikologi Klinis..

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini bermanfaat agar dapat menambah pemahaman tentang konsep diri dan koping stres pada ibu yang memiliki anak autis sehingga ibu yang memiliki anak autis dapat lebih mampu menerima keadaan anak dan dapat melakukan koping ketika menghadapi stres dengan baik.