

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Individu menikah untuk mendapatkan kebahagiaan, salah satu penentu kebahagiaan yaitu memperoleh keturunan dan untuk membentuk keluarga sakinah mawadah warohmah. Sebagaimana dijelaskan oleh Safaria (2005) sebuah keluarga belum lengkap tanpa adanya seorang anak karena anak adalah penentu kebahagiaan dan juga penerus generasi.

Harapan dari pasangan suami istri adalah memiliki seorang anak yang sempurna fisik dan psikis, menyenangkan, dan dapat membuat bangga kedua orang tua. Namun ada beberapa pasangan suami istri yang dikaruniai anak yang mengalami gangguan autis. Orang tua harus menghadapi kenyataan bahwa anaknya berbeda dengan anak pada umumnya karena mengalami gangguan autis.

Menurut Judarwanto (2015) negara Indonesia pada tahun 2013 diperkirakan terdapat lebih dari 112.000 gangguan autis pada anak usia 5-19 tahun. Sedangkan prevalensi penyandang autis di seluruh dunia menurut data dari UNESCO pada tahun 2011 yaitu 6 di antara 1000 orang memiliki gangguan autisme. Data UNESCO pada 2011 mencatat, sekitar 35 juta orang penyandang autisme di dunia. Ini menunjukkan bahwa rata-rata 6 dari 1000 orang di dunia mengidap autisme. Prediksi penderita autis dari tahun ke tahun semakin meningkat. Sepuluh tahun yang lalu jumlah penyandang autisme diperkirakan satu per 5.000 anak, tahun 2000 meningkat menjadi satu per 500 anak". Diperkirakan tahun 2010 satu per 300 anak. Sedangkan tahun 2015 diperkirakan satu per 250 anak. Tahun 2015 diperkirakan terdapat kurang lebih 12.800 anak penyandang autisme atau 134.000 penyandang spektrum Autis di Indonesia. Jumlah tersebut menurutnya setiap tahun terus meningkat. Hal ini sungguh patut diwaspadai karena jika penduduk di Indonesia saat ini mencapai lebih dari 160 juta, kira-kira berapa orang yang dicurigai mengalami gangguan spektrum autisme.

Anak dengan gejala autis cenderung untuk jarang berkomunikasi dan berespon ketika diajak berbicara, kurang mampu memahami interaksi non verbal,

dan sangat sulit untuk membangun pertemanan dengan teman sebayanya. Penderita autis juga memiliki ketergantungan yang tinggi pada orang lain, kepekaan yang tinggi terhadap perubahan lingkungan, serta secara intens sering memusatkan perhatian pada objek yang tidak tepat (American Psychiatric Association, 2013)

Menghadapi anak dengan gangguan autis terkadang membosankan karena anak tidak memberikan timbal balik kepada lawan bicaranya dan lebih berorientasi terhadap diri sendiri sebagaimana pembahasan terdahulu oleh (Monks & Knoers, 1999) bahwa ciri khas anak penyandang autis yaitu kurang adanya kontak mata terhadap lawan bicara, perhatian yang kacau dan lebih tertarik dengan benda-benda mati dibandingkan dengan orang lain yang ada di sekitarnya. Mereka terlarut dalam dunia imajinasinya sendiri dengan perkembangan bahasa yang terhambat tetapi di bidang kognitif anak autis memiliki ingatan dan pengamatan bentuk yang baik.

Menurut Danuatmaja (2003) Anak dengan gangguan autis akan mengalami gangguan pada tiga bidang, seperti interaksi sosial, komunikasi dan tingkah laku. Salah satu gangguan interaksi sosial ditandai dengan suka menyendiri, tidak ada kontak mata dan tidak tertarik untuk bermain dengan teman. Gangguan komunikasi yang dapat diamati yaitu keterlambatan bicara yang disertai *echolalia* atau suka menirukan kata-kata orang lain. Sedangkan gangguan perilaku pada anak autis yaitu munculnya agresif, hiperaktif, suka menyakiti diri sendiri dan suka melamun. Dengan adanya ketidakmampuan tersebut menyebabkan anak autis tidak memiliki kemampuan untuk bersosialisasi dengan lingkungan.

Orang tua dapat mengetahui apakah anaknya mengalami gangguan autis ketika usia anak menginjak 3 tahun atau sebelum anak memasuki bangku sekolah. Sebagaimana dijelaskan Safaria, (2005) bahwa gejala autis sudah nampak ketika anak berusia 3 tahun atau sebelum memasuki usia 3 tahun. Gangguan ini dapat menyebabkan permasalahan pada diri anak tersebut dan juga permasalahan pada orang tua dalam menghadapi kehidupan sehari-hari maupun kehidupan sosial.

Berbagai reaksi emosional orang tua akan muncul saat pertama kali mendengar diagnosis bahwa buah hatinya mengalami gangguan autis. Hal ini

menjadikan orang tua mengalami stres, denial, merasa bersalah, shock, bahkan depresi. Sebagaimana dijelaskan oleh Safaria (2005) bahwa kebanyakan orang tua mengalami *shock* bercampur dengan perasaan marah, cemas, khawatir dan takut ketika pertama kali mendengar diagnosis bahwa buah hatinya mengalami gangguan autis. Perasaan tak percaya yang kadang-kadang membuat orang tua mencari dokter lain untuk menyangkal diagnosis sebelumnya. Menurut Wardani (2009) bahwa orang tua mengalami *shock* dan merasa dirinya tertuduh dikarenakan tidak mempunyai pemahaman yang tepat mengenai gangguan autis. Bagi beberapa pasangan beranggapan melahirkan anak autis sebagai akibat dosa-dosa yang telah diperbuat, tidak jarang pasangan suami istri bertengkar dengan cara saling menyalahkan. Dumas et al (Rahmawati, Machmuroch dan Nugroho, 2012), menyatakan bahwa resiko stres, depresi, dan kecemasan yang lebih tinggi dimiliki ibu yang memiliki anak autis dibanding ibu dengan anak gangguan retardasi mental dan *down syndrom*.

Memiliki anak berkebutuhan khusus akan membuat orang tua dan guru mengalami frustrasi, karena sangat melelahkan berinteraksi dengan anak-anak ini, dari aktivitasnya saja sudah membuat lelah. Mendidik anak berkebutuhan khusus bukan hal yang mudah, berbagai persoalan yang kompleks harus dihadapi orang tua dan guru. Mereka dituntut untuk bekerja ekstra keras, senantiasa dinamis, memiliki bekal ilmu pengetahuan yang memadai, serta mampu menerapkan strategi dan pola didik yang tepat (Aziz, 2006).

Kasih sayang orang tua lebih banyak dicurahkan kepada anak yang memiliki gangguan autis daripada anak normal lainnya, sebagaimana dijelaskan dalam penelitian Rahmania, Nurwati & Taftazani (2015) tidak jarang orang tua yang memiliki anak dengan gangguan autis akan memfokuskan segala sesuatunya kepada anaknya tersebut, karena anak autis lebih membutuhkan perhatian dibandingkan anak pada umumnya untuk mengatasi perilaku yang tidak diharapkan.

Orang tua yang memiliki anak autis memerlukan strategi pemecahan ketika menghadapi permasalahan agar dapat beradaptasi terhadap tekanan yang menimpa. Sebagaimana diulas dalam buku (Sarafino & Smith, 2011) karena ketegangan

emosi dan fisik yang dapat menyebabkan stres dan perasaan tidak nyaman, individu termotivasi untuk melakukan berbagai hal untuk mengurangi stres dengan melibatkan strategi koping.

Penggunaan koping yang efektif diharapkan dapat mengatasi stres orang tua dalam menghadapi anak autisme sehingga orang tua mampu mengasuh dan mendidik anak dengan baik. Sarafino & Smith (2011) Koping adalah usaha yang dilakukan seseorang untuk mengelola perasaan dan menyeimbangkan antara tuntutan dengan sumber yang dimiliki individu dalam menghadapi stresor.

Lazarus (1993) mengatakan terdapat dua kategori koping berdasarkan fungsinya, yaitu *problem focused coping* yang tertuju pada masalah dengan cara mengubah masalah yang dapat menyebabkan stres seperti dengan cara yang agresif atau kemarahan, mencari dukungan sosial serta mengubah tekanan dengan cara bertahap dan hati-hati. Individu menggunakan koping ini ketika percaya bahwa sumber dari kondisi stres masih bisa diubah. *Emotion focused coping* yang berfungsi untuk meregulasikan respon-respon emosi yang muncul seperti lari dari masalah, mengatur perasaan ketika menghadapi situasi yang menekan, menghindari masalah, mencoba menerima agar semuanya menjadi lebih baik dan memperoleh dukungan emosional dari orang lain.

Strategi koping sangat penting dilakukan oleh orang tua yang memiliki anak autisme karena akan membantu mengurangi tingkat stres yang dialami. Sebagaimana dijelaskan pada penelitian yang telah dilakukan oleh (Rahmania, Nurwati & Taftazani, 2015) bahwa orang tua yang menggunakan strategi koping dengan baik dalam menghadapi masalah yang dapat menimbulkan stres akan merasakan kesehatan dan tingkat kesejahteraan yang lebih tinggi. Kebanyakan orang tua lebih memilih strategi koping menggunakan *problem focused coping*.

Orang tua dengan strategi *problem focused coping* memiliki hasil positif dalam menanggulangi stresor (Glidden, 2006). Sebagaimana oleh Frey, Greenberg dan Fewell (dalam Wardani, 2009) yang menyatakan bahwa orang tua yang melakukan suatu perencanaan dan mencari dukungan sosial berhasil mengurangi stres secara psikologis. Orang tua yang menggunakan *problem focus coping* melakukan upaya yang memungkinkan anaknya terus berkembang seperti

memasukkan anak ke sekolah inklusi, sedangkan orang tua yang menggunakan *emotion focused coping* beranggapan bahwa setelah memasukkan anak ke sekolah inklusi orang tua tidak melihat perubahan dalam perkembangan anaknya.

Menurut Hasting et al (2005) orang tua berhasil beradaptasi melalui pengembangan individu atau dengan strategi coping. Untuk mendukung pengamatan umum ini, orang tua yang menggunakan *emotional focused coping* dengan penghindaran atau melarikan diri untuk mengatasi tekanan dalam membesarkan anak autis telah ditemukan lebih banyak yang mengalami stres dan masalah kesehatan mental, sedangkan orang tua yang menggunakan coping yang positif melaporkan semakin menurun stres yang dirasakan.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan subjek pertama yang berinisial SW diperoleh informasi sebagai berikut

“Saya paling bingung mba kalau anak mulai keluar tingkah laku yang susah buat dikendalikan, ya gini mba (anak mengusap-usapkan tangannya ke depan dada dan kebelakang) berkali-kali, dikasih liat film masha and the bear malah ngoceh sendiri, sampe saya tanya berulang-ulang ini namanya siapa? Ini siapa? Saya tuh penginya gini lho mba, saya kan ngajari kata-kata seenggaknya sedikit aja nyantel kata-kata iya atau engga buat jawab pertanyaan saat saya bertanya, kan mendingan toh mba kalau misal anak ditanya, mau makan engga nak? Terus nanti dia jawab, jadi saya mending kesannya tidak selalu memaksa, bingungnya berkurang apa yang diinginkan anak bisa saya penuhi, kalau gini saya jujur paling bingung, nek diajak bicara ki hawane ngelamun, tapi ya mau gimana lagi ujian buat saya, gini-gini juga anak saya, prinsip saya toh mba, Allah ki ra tau memberikan ujian diluar kemampuan hamba, lagi dikasih ujian kaya gini ya terima saya”.

Wawancara dengan subjek kedua yang berinisial N, subjek mengatakan kepada peneliti bahwa:

“Saya kan kerjanya bukan cuma ngasuh anak, ada kerjaan rumah tangga lainnya, seringnya sih iya mba saya selalu ngoyak-ngoyak anak, jangan gitu, gak boleh gini dan lainnya, tapi manusia ya lama-lama ya bosan dah kebal terserah deh anak mau ngapain saya bebaskan saya juga kasih mainan-mainan dirumah, seringnya engga menyentuh mainannya sama sekali padahal saya udah belikan warna yang cerah, saya engga abis pikir mba yang diinginkan dia itu apa, kalau dirumah saya berusaha ngunci rumah biar anak engga bisa keluar, tapi kalau kakanya habis keluar seringnya lupa engga dikunci lagi, ya udah saya kecolongan. Tetangga saya datang sambil menggandeng anak saya kadang juga saya dimarahi tidak bisa mendidik, ya biar yang Kuasa yang nilai saya”.

Kesimpulan dari kedua hasil wawancara yang dilakukan peneliti. Peneliti melihat bahwa kedua subjek kurang adanya *problem focused coping* yang dapat mengakibatkan stres pada orang tua yang memiliki anak autis.

Orang tua dengan anak autis harus mengimbangi setiap perilaku yang diperbuat ketika anak berada dalam lingkungan rumah, seperti dengan tetangga dan saudara yang kurang memiliki pemahaman tentang anak autis. Mereka tidak memaklumi perilaku-perilaku yang muncul pada anak autis hal ini membuat orang tua dengan anak autis merasa tertekan apabila berhadapan dengan lingkungan sosial. Oleh karena itu subjek sangat membutuhkan adanya dukungan sosial. Sebagaimana dalam penelitian Milyawati & Hastuti (2009) yang menjelaskan bahwa ibu akan merasakan bahwa dengan adanya dukungan yang berasal dari keluarga ternyata mampu mengurangi bebannya dalam mengasuh, mendidik dan membesarkan anak dengan gangguan autis. Dukungan keluarga dapat membuat ibu menjadi lebih percaya diri, bersemangat, optimis dan selalu bersyukur. Selain itu, kerjasama dengan seluruh anggota keluarga juga sangat diperlukan dalam merawat anak autis supaya orang tua mampu meningkatkan kemandirian anak autis.

Menurut penelitian Duchovic (2009) mendapatkan dukungan sosial dari pihak sekolah akan membantu meringankan stres yang dirasakan oleh ibu yang memiliki anak gangguan autis, dengan mendapatkan layanan konseling dari pihak sekolah dapat membantu untuk menghadapi masalah yang berkaitan dengan perilaku yang ditunjukkan anak serta cara menangani anak autis. Hasil dari penelitian tersebut menunjukkan pentingnya dukungan sosial pada orang tua yang tengah menghadapi anaknya yang mengalami autis.

Berdasarkan hasil penelitian Rahmawati, Machmuroch & Nugroho (2012), semakin tinggi dukungan sosial maka semakin rendah stres pada ibu dengan anak autis, dan sebaliknya semakin rendah dukungan sosial maka semakin tinggi stres yang dialami ibu dengan anak autis. Adanya dukungan sosial akan mengurangi tingkat stres. Dukungan sosial diantaranya dukungan emosional akan membuat seseorang merasa percaya diri, dukungan informatif membantu mendapatkan informasi-informasi yang dibutuhkan dan dukungan sosial kelompok akan

membantu berbagai kesedihan maupun kesenangan, dengan demikian ibu yang memiliki anak autis akan terhindar dari stres.

Dukungan dapat diperoleh dari antar anggota keluarga yang berupa hubungan yang baik, seperti keterampilan dalam berkomunikasi dalam hubungan dapat menciptakan hubungan dengan sistem keluarga yang lebih erat, baik dengan kerabat ataupun teman sehingga dapat membantu meredakan tingkat stres yang dirasakan dalam menghadapi stressor. Komunikasi diperlukan untuk memunculkan pernyataan-pernyataan positif dan meminimalkan konflik, sehingga para orang tua dengan anak berkebutuhan khusus dapat meminimalisir tekanan (Milyawati & Hastuti, 2009). Oleh karena itu berdasarkan uraian diatas menjadikan peneliti ingin mengetahui bagaimana hubungan dukungan sosial dengan *problem focused coping* orang tua dengan anak autis.

Sejauh ini sepengetahuan peneliti sudah terdapat beberapa jenis penelitian yang bertemakan tentang dukungan sosial dan strategi koping (*problem focused coping*). Sebagai contoh hasil penelitian dari Hasan & Rufaidah (2015) mengenai “Hubungan antara dukungan sosial dengan strategi koping pada penderita *stroke* RSUD Dr. Moewardi Surakarta”. Hasilnya menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan strategi koping pada penderita *stroke*, artinya semakin tinggi dukungan sosial yang diperoleh maka semakin baik pula strategi yang digunakan oleh penderita *stroke*, begitu juga sebaliknya.

Penelitian yang dilakukan oleh Rahmania, Nurwati, & Taftazani (2015) dengan metode kualitatif yang berjudul “Strategi Koping Ibu dengan Anak Gangguan Spektrum Autisme”. Hasilnya menunjukkan ibu dengan strategi koping yang baik akan memiliki tingkat kesejahteraan dan kesehatan yang lebih tinggi. Selain itu ibu dengan anak gangguan spektrum autisme lebih condong untuk memilih *problem focused coping*.

Penelitian yang lain juga dilakukan oleh Wardani (2009), menggunakan metode yang kualitatif dengan judul “Strategi Coping Orang Tua Menghadapi Anak Autis”. Hasilnya menunjukkan bahwa strategi coping pada orang tua yang mempunyai anak autis berorientasi pada penyelesaian masalah yang dihadapi (*Problem Focused Coping*), sedangkan bentuk perilaku coping yang muncul yaitu

Instrumental Action yang termasuk dalam *Problem Focused Coping* dan *Self-Controlling, Denial*, dan *Seeking Meaning* yang termasuk dalam *Emotion Focused Coping*.

Perbedaan dengan penelitian yang penulis lakukan adalah perbedaan subjek dan pembuatan alat ukur. Penulis menggunakan variabel bebas dukungan sosial dan variabel terikat strategi koping lebih spesifiknya yaitu *problem focused coping*. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini melibatkan ibu yang memiliki anak autis di SLB N Semarang.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini, yaitu:

Apakah ada hubungan antara dukungan sosial dengan *problem focused coping* pada orang tua yang memiliki anak autis ?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan *problem focused coping* pada orang tua yang memiliki anak autis di SLB N Semarang.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya khazanah keilmuan psikologi khususnya bidang klinis dan perkembangan.
- b. Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dibidang psikologi klinis dan perkembangan untuk penelitian selanjutnya dengan hasil yang lebih baik lagi.

2. Manfaat Praktis

- a. Hasil yang diharapkan dari penelitian ini dapat memberikan informasi yang bermanfaat bagi orang tua yang memiliki anak autis bahwa dengan adanya dukungan sosial akan membantu strategi koping orang tua. Sehingga orang tua dapat mengambil tindakan, langkah-langkah yang tepat yang diperlukan untuk menghindari adanya stres yang berlebih pada orang tua, serta sebagai masukan untuk mencari jalan keluar yang terbaik untuk mengasuh anaknya.
- b. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan informasi dan pemahaman kepada lembaga atau profesional yang menangani anak autis, sehingga lembaga atau profesional tidak hanya berfokus pada penanganan anak, namun juga dapat membantu orang tua dalam menurunkan stresnya terkait dengan kondisi anak