

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Setiap orang tua menghendaki kehadiran seorang anak. Anak yang diharapkan pasti anak yang sempurna baik secara fisik maupun non fisik, tanpa memiliki kekurangan apapun. Namun pada kenyataannya tidak ada satupun manusia yang sempurna, sedikit maupun banyak pasti mereka punya kekurangan, entah kekurangan tersebut terleak pada fisik manusia itu sendiri ataupun pada psikisnya. Manusiapun tidak ada yang sama antara satu dengan lainnya, semuanya berbeda. Anak yang terlahir kembarpun juga pasti ada perbedaannya. Mungkin dari jenis warna kulit, kurus atau gemuk, bahkan dari jenis rambutnya. Seperti apapun bentuk dan keadaannya, manusia diciptakan unik oleh yang Maha Pencipta (Desiningrum, 2016)

Meningkatnya anak berkebutuhan khusus mempengaruhi kehidupan keluarga khususnya ibu. Dampak ibu dengan anak berkebutuhan khusus adalah perasaan sedih, denial, depresi, marah, dan tidak menerima keadaan anaknya. Ibu khawatir masa depan anak dan stigma yang melekat kepada anaknya. Anak berkebutuhan khusus menjadi salah satu penyebab *stressor* tersendiri bagi ibu, sehingga dibutuhkan *coping* yang tepat agar menggunakan berbagai cara menghilangkan *stressor* yang diderita atau dihadapi. Ketegangan fisik dan emosional akan menimbulkan ketidaknyamanan yang membuat ibu dengan anak berkebutuhan khusus termotivasi untuk mengurangi *stress* (Moawad, 2012)

Anak berkebutuhan khusus adalah anak dengan karakteristik khusus yang berbeda dengan anak pada umumnya tanpa selalu menunjukkan pada ketidakmampuan mental, emosi atau fisik. Istilah lain bagi anak berkebutuhan khusus adalah anak luar biasa dan anak cacat. Anak dengan kebutuhan khusus (*special needs children*) dapat diartikan secara simpel sebagai anak yang lambat (*slow*) atau mengalami gangguan (*retarded*) yang sangat sukar untuk berhasil di sekolah sebagaimana anak-anak pada umumnya. Anak berkebutuhan khusus adalah anak yang secara pendidikan memerlukan layanan yang spesifik yang berbeda dengan anak-anak pada umumnya (Heward, 2002).

Terkait dengan penanganan ABK memerlukan langkah-langkah yang berbeda juga. Penanganan ABK tidak sesederhana yang kita pikirkan. Mereka butuh penanganan yang khusus pula. Mereka perlu beradaptasi dengan orang maupun lingkungan sekitar, orang tua juga harus memiliki kesabaran yang tinggi untuk menangani anaknya. Anak berkebutuhan khusus membutuhkan orang tua yang penyayang dan tangguh untuk mendampingi agar berkembang secara optimal, sehingga orang tua anak berkebutuhan khusus membutuhkan kondisi yang stabil baik dari sisi fisik maupun psikis. Kondisi psikis salah satunya adalah emosi. Dari emosi tersebut kemudian individu dapat menentukan sikap dan pikiran sehingga mampu bertindak sesuai dengan dirinya (Lewis & Jones, 2000).

Salah satu penjelasan yang mungkin mengapa ibu memiliki anak penyandang disabilitas Mungkin berisiko lebih tinggi untuk depresi mungkin karena tanggung jawab pengasuhan yang meningkat dan dukungan yang terbatas dari keluarga dalam memberikan perawatan kepada anak-anak mereka (Berge et

al., 2006; Simmerman, Blacher, & Baker, 2001). Meskipun ibu di sebagian besar keluarga umumnya lebih bertanggung jawab dalam pengasuhan, ibu dari anak-anak penyandang disabilitas, rata-rata, cenderung mengambil lebih banyak tanggung jawab pengasuhan karena mereka sering merasa bertanggung jawab atas tanggung jawab anak kondisi (Schilling, Schinke, & Kirkham, 1985). Perawatan tambahan tanggung jawab sering kali mengakibatkan ibu menambah jumlah jam kerja menyediakan perawatan di rumah untuk anak-anak mereka yang cacat (Murphy, Christian, Caplin, & Young, 2006), membatasi kesempatan untuk mengejar minat lain diluar rumah.

Coping melibatkan upaya untuk mengelola situasi yang membebani, memperluas usaha untuk memecahkan masalah-masalah hidup, dan berusaha untuk mengatasi stres. Keberhasilan dalam *coping* berkaitan dengan sejumlah karakteristik, termasuk penghayatan mengenai kendali pribadi, emosi positif, dan sumber daya personal (Folkman & Moskowitz, 2004). Rasmun (2004) mengatakan bahwa *coping* adalah dimana seseorang yang mengalami stres atau ketegangan psikologik dalam menghadapi masalah kehidupan sehari-hari yang memerlukan kemampuan pribadi maupun dukungan dari lingkungan, agar dapat mengurangi stres yang dihadapinya. Dengan kata lain, *coping* adalah proses yang dilalui oleh individu dalam menyelesaikan situasi *stressfull*. *Coping* tersebut adalah merupakan respon individu terhadap situasi yang mengancam dirinya baik fisik maupun psikologik.

Lazarus (Taylor, 2006) mendefinisikan *coping stress* sebagai suatu proses dimana individu berusaha untuk menangani dan menguasai situasi stres

yang menekan akibat masalah yang sedang dihadapi dengan cara melakukan perubahan kognitif maupun perilaku guna memperoleh rasa aman dalam dirinya. Kemampuan individu untuk menghadapi peristiwa, hal atau keadaan yang mengandung tuntutan yang mengancam kesejahteraan akan mempengaruhi kondisi stres individu tersebut. Kemampuan individu dalam mengatasi tuntutan yang menekan disebut sebagai strategi *coping*. Penggunaan strategi *coping* diarahkan oleh cara individu menerima atau memahami situasi dan pemahaman itu dibagi menjadi dua kategori yaitu pemahaman primer dan pemahaman sekunder.

Stres yang dialami individu harus dikelola dengan baik agar individu mampu menjalani kehidupannya dengan baik. Meskipun stres selalu hadir disetiap waktu dalam kehidupan individu, namun ketrampilan individu dalam mengelola dan mengatasi semua tekanan yang datang pada dirinya akan menjadikan individu tersebut tangguh. Sama halnya dengan orang tua anak berkebutuhan khusus. Mereka memiliki kekuatan dari dalam diri yang dapat membantu mereka untuk beradaptasi terhadap tekanan yang dihadapi. Hal-hal positif yang digunakan sebagai strategi *coping* menghasilkan stres yang rendah pada orang tua dengan anak berkebutuhan khusus (Jons & Passey 2014). Ketiadaan *coping stress* yang positif pada orang tua akan berdampak pada anaknya (Hadadian & Merbler 1996). Penelitian yang dilakukan (Hill dkk 1999), dalam Santrock 2003 menunjukkan bahwa pengalaman dan perasaan partisipan dalam menghadapi anaknya yang memiliki berkebutuhan khusus meliputi, orang tua merasa marah, khawatir, dan

takut akan masa depan anaknya, takut anak ditolak oleh lingkungan, memiliki rasa bersalah, sedih, tetapi juga ada yang senang dan bangga.

Reaksi emosi orang tua atau keluarga merasa bersalah atau berdosa atas kehadiran anaknya yang menyandang kelainan, perlakuan orang tua atau keluarga dalam menebus dosa atau mengurangi perasaan bersalah dilakukan dengan cara memberikan kasih sayangnya secara berlebihan pada anak yang memiliki berkebutuhan khusus. Sikap yang demikian justru akan membuat anak berkebutuhan khusus semakin tidak berdaya (Efendi,2010).

Bentuk rasa kekecewaan yang lain yaitu muncul setelah mengetahui bahwa anak yang lahir, tidak seperti apa yang diharapkan. Hal tersebut menimbulkan perasaan putus asa, dan frustrasi dengan keadaan yang ada. Penyikapan orang tua yang merasa kecewa, disebabkan orang tua beranggapan bahwa kehadiran anak berkebutuhan khusus akan menurunkan martabat atau gengsi pada orang tua. Penolakan ini dapat menimbulkan efek psikologis pada anak yaitu akan menimbulkan rasa tidak aman, rendah diri, dan merasa tidak berguna atau tidak berharga (Efendi,2010)

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 15 Oktober 2018 informan 1 dengan inisial N, menceritakan tentang anaknya C yang berusia 6 tahun dengan jenis kelamin perempuan yang memiliki gangguan *down syndrome*. Kondisi C saat ini belum bisa berjalan karena kaki C masih lemah dan bentuk telapak kakinya miring. C adalah anak ke 1 dari 2 bersaudara. Orang tua C mulai mencurigai perkembangan C yang tidak seperti anak seusianya. Saat masih kecil, ibu C merespon mata C dengan mainan, namun pandangan mata tidak

fokus, tidak mengikuti arah suara mainan tersebut, saat anak sesusia C sudah bisa tengkurap, C belum bisa tengkurap, hanya bisa tiduran di kasur. Saat ibu C mencoba melatih dengan duduk, punggung C tidak kuat, C terjatuh, sehingga duduknya juga butuh penyangga. Saat ini C berusia 6 tahun. C belum mampu bicara, berjalan, dan mandiri. Jika suasana hatinya bahagia dia senang tertawa, namun ketika suasana hatinya sedang buruk, barang-barang yang ada di sekitarnya menjadi sasarannya. Barang-barang di rumah dilempar, terkadang memukul diri sendiri atau bahkan orang yang menolongnya. Kondisi C yang seperti itu membuat orang tua terutama ibu C tertekan. Orang tua C merasa sangat lelah ketika ditinggal suaminya kerja dan harus mengurus C sendiri, belum nanti ketika C mengamuk. Keadaan yang di alami orang tuanya ini terkadang membuat bingung harus melakukan apa lagi. Jika suasana hati C tidak baik biasanya orang tua C memilih membiarkan C sendiri, bahkan biasanya dimasukkan dalam kamar. Dengan keadaan anaknya yang demikian N merasa lelah jika mengurus anaknya sendirian. Biasanya N meminta bantuan pada ibunya. Jika N merasa lelah dan jenuh, biasanya informan N menghabiskan waktunya untuk jalan-jalan, menonton TV atau dengan berjualan online. Hal tersebut bisa membuat informan N merasa fresh dan mendapat semangat baru ketika mengasuh dan mendampingi anaknya.

Wawancara dengan responden kedua 22 Oktober 2018 yaitu E dengan anak yang inisial L usia 5 tahun L memiliki gangguan perilaku. Di sekolah TK dia dibedakan dengan teman-teman lainnya. L suka menggigit temannya, tidak bisa diam, mencubit temannya, dan selalu membuat ulah di sekolah. Hal tersebut menjadikan informan menjadi tertekan karena setiap kali menjemput sekolah

selalu ada laporan buruk dari orang tua murid yang lain dan laporan dari guru. Tidak hanya di sekolah, di rumahpun L bermain dengan teman juga seperti itu, suka menggigit, mencubit. Ketika informan tahu saat L melakukan itu, seketika L langsung dimarahi, dicubit karena ibunya merasa jengkel dengan perilaku L. Selain itu secara akademik L masih kesulitan dalam memahami angka, huruf, warna, bentuk dll. Informan mengatakan kuwalahan dengan perilaku L. Informan sempat memikirkan akan menaruh L di pesantren karena bingung harus mendidik L dengan cara apa lagi. Ketika L dalam kondisi tantrum, marah, menggigit, dan memukul, informan juga sulit mengontrol emosinya sehingga informan membalsas memukul, mencubit, bahkan mengurung anaknya di kamar.

Responden yang ketiga, S memiliki anak W dengan usia 9 tahun. Saat diwawancarai pada tanggal 28 Oktober 2018 mengatakan bahwa W pernah jatuh ketika usia 1,5 tahun yang menyebabkan ada gangguan di otaknya sehingga sampai saat ini W masih kesulitan melafalkan kosakata secara benar, selain itu kemampuan kognisinya juga kurang. Naik turun tangga juga masih takut, masih perlu dipegang. Menulis juga belum bisa sempurna. Disisi lain W juga memiliki gangguan dalam berperilaku. Ketika W memiliki keinginan tapi tidak terpenuhi, W menangis, mengamuk memukul, dan membanting barang yang ada. Orang tua W merasa kualahan ketika W sedang tantrum. Ketika sedang marah, ibunya cenderung membiarkan terlebih dahulu, meskipun nanti pada akhirnya apa yang diinginkan selalu di turuti. Ibu W memilih diam jika sedang merasakan capek, baik fisik maupun psikisnya. Ibu W tidak pernah mengeluh pada suaminya, bahkan orang lain, selagi masih kuat menghadapi anaknya. Informan S suka

memendam cerita, tipe orang yang tertutup. Semua masalah selagi masih bisa di hadapi sendiri informan tidak akan menceritakan ke siapapun. Namun ketika sudah tidak kuat, barulah suaminya menjadi tempat untuk mencurahkan isi hatinya.

Hasil *preliminary* dengan subjek menunjukkan ketiganya mengalami kesulitan dalam menangani masalah yang dialaminya pada saat mendampingi putra/putri mereka. Selain itu orang tua tidak hanya mengurus anaknya saja, namun harus mengerjakan kegiatan rumah tangga lainnya. Hal tersebut berdampak sulit pada orang tua dalam memecahkan masalah/mengambil keputusan, juga emosi negatif yang meningkat, bahkan kadang muncul perilaku maladaptive.

Penelitian Moewad (2012) di Egypt, dengan judul *Coping Strategies of Mothers having Children with Special Needs* bertujuan untuk mengetahui strategi *coping* ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Hasilnya menunjukkan bahwa keluarga dengan anak yang memiliki kebutuhan perawatan kesehatan khusus mengalami kehidupan yang berbeda dari keluarga lain. Ibu tampaknya membawa beban pengasuhan yang lebih besar dan mungkin merasa perlu untuk selalu bersama anak mereka sepanjang waktu dan pengalaman stres terkait dengan mengatasi beban berat pemberian perawatan.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai *coping stress* pada ibu dengan anak berkebutuhan khusus, karena pada umumnya seorang ibu lebih banyak berperan dalam mengasuh anak daripada ayah.

B. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui *coping stress* pada ibu dengan anak berkebutuhan khusus.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengembangan keilmuan psikologi, khususnya psikologi klinis yang berkaitan dengan *coping stress* ibu dengan anak berkebutuhan khusus.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi ibu dengan anak berkebutuhan khusus, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan mengenai *coping stress* pada ibu dengan anak berkebutuhan khusus
- b. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat menjadi referensi mengenai *coping stress* ibu dengan anak berkebutuhan khusus.