

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pasangan suami istri menginginkan menjadi orang tua, berharap memiliki kehadiran seorang anak yang sempurna tidak memiliki kekurangan apapun. Faktanya tidak ada manusia yang tidak memiliki kekurangan, setiap orang tidak ingin dilahirkan atau melahirkan dengan menyandang kekurangan kecacatan maupun kelainan. Kehadiran seorang anak berkebutuhan khusus tidak memandang berasal dari keluarga berpendidikan, keluarga paham agama, keluarga menengah ke atas, keluarga menengah ke bawah atau tidak, orang tua tidak bisa menolak atas kehadiran anak berkebutuhan khusus ini, bagaimanapun keadaanya manusia di ciptakan oleh Tuhan Sang Maha Pencipta(Rachmawati & Masykur, 2017: 823).

Anak Berkebutuhan Khusus mempunyai gangguan keterbatasan atau keterlambatan dalam perkembangan dan pembelajaran. Anak berkebutuhan khusus memerlukan pendekatan pendidikan yang lebih khusus daripada anak lain seusianya, mereka membutuhkan layanan pendidikan yang disesuaikan dengan kebutuhan spesifik mereka. Anak berkebutuhan khusus mengalami hambatan dalam berbagai aspek seperti mental, emosional, fisik, sosial, dan intelektual yang berdampak secara signifikan pada proses pertumbuhan serta perkembangannya, sehingga perhatian dan pengasuhan dari orang tua serta keluarga sangat dibutuhkan bagi anak berkebutuhan khusus ini. Anak berkebutuhan khusus memiliki ciri-ciri pertumbuhan dan perkembangan yang tidak sesuai dan berbeda dari anak seusianya, seperti dapat berjalan di usia 3 tahun(Widyorini et al., 2014: 8). Salah satu yang termasuk dalam kategori Anak Berkebutuhan Khusus adalah *Down Syndrome*.

Data yang diterbitkan oleh Badan Pusat Statistik (BPS) Provinsi Jawa Barat jumlah penyandang disabilitas tahun 2022 yang tersebar di seluruh Kabupaten dan Kota mencapai 72.565 Jiwa. Dari total tersebut, disabilitas fisik sebanyak 16.308 jiwa,

disabilitas mental sebanyak 26.351 jiwa, disabilitas fisik dan mental sebanyak 2.073 jiwa, disabilitas netra/ buta sebanyak 5.979 jiwa, disabilitas rungu/ wicara sebanyak 10.019 jiwa, dan disabilitas lainnya sebanyak 11.385 jiwa (Barat, 2022). Menurut data Dinas Sosial penyandang disabilitas tahun 2023 di Kabupaten Karawang berjumlah 8.700 jiwa (Naryo, 2023). Dari data di atas dapat disimpulkan bahwasanya kelahiran anak yang memiliki diagnosa berkebutuhan khusus cukup tinggi serta perhatian terhadap ibu hamil dirasa kurang dan harus ditingkatkan terutama peran dan keterlibatan keluarga.

Kehadiran anak berkebutuhan khusus memiliki dampak yang besar bagi keluarga tentunya orang tua, pastinya orang tua memiliki rintangan dan juga tantangan tersendiri dalam merawat anak sehingga berpotensi menyebabkan munculnya perasaan stres (Amelasasih, 2016: 73). Stres yang berlebihan akan memicu munculnya perasaan seperti putus asa, cemas, kecewa, marah, frustrasi, takut, bingung, berkecil hati dan lain sebagainya, orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus kemungkinan mengkhawatirkan anak mereka yang kesulitan dalam berbaur di lingkungan sekitarnya, mengkhawatirkan mereka yang belum bisa hidup mandiri. Pernyataan tersebut juga didukung dalam penelitian Farrah Auliya Rahmadani (Rahmadani, 2023) bahwasannya setiap orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus biasanya mengalami tahapan-tahapan seperti penyangkalan dan penolakan bahwa anak mereka tidak sempurna.

Stres yang berlebihan jika tidak dikelola dengan baik dan dibiarkan berkembang akan mempengaruhi kesehatan mental. Selain itu, membuat orang tua merasa kurang siap dalam menghadapi dan menerima keadaan anak. Bahwasannya merawat dan mengasuh anak berkebutuhan khusus lebih sulit daripada merawat dan mengasuh anak dengan kondisi normal. Orang tua juga akan berhadapan dengan permasalahan, seperti masalah penerimaan diri, keterampilan mengasuh anak, masalah ekonomi, pendapat orang lain tentang anak mereka, dan keraguan tentang masa depan anak (Rasyid, Suhesty, Nugroho, & Aulia, 2019: 128). Maka dari itu, kesehatan mental orang tua merupakan sesuatu yang menjadi fokus utama untuk selalu diprioritaskan

agar orang tua dapat mengatur emosi, pikiran, aktualisasi diri sehingga optimal dalam melakukan perawatan dan pengasuhan terutama terhadap anak berkebutuhan khusus.

Kesehatan mental tidak hanya mencakup mengenai kondisi psikis, sosial, tetapi juga mencakup moral religius. Prof. Dr. Syamsu Yusuf L.N mengatakan bahwa agama sebagai pedoman kehidupan telah memberikan arahan mengenai berbagai aspek kehidupan, salah satunya memelihara mental yang sehat (Paizin, Mubarak, Fitriyah, & Prasetya, 2022: 19). Menerapkan praktik keagamaan dalam kehidupan sehari-hari dapat mencegah penyakit mental dan meningkatkan kesehatan mental, apabila seseorang dekat dengan Tuhan maka akan tenang jiwanya, sebaliknya apabila seseorang jauh dengan Tuhannya maka semakin sulit bagi seseorang tersebut menyembuhkan jiwanya. Dalam agama islam memiliki berbagai penyelesaian untuk mengatasi masalah kehidupan, salah satunya adalah sikap rida.

Rida dan kepercayaan kepada Allah swt dapat mempengaruhi terhadap kemampuan individu dalam menghadapi berbagai permasalahan hidup. Rida sebagai sikap menerima segala sesuatu yang diberikan oleh Allah swt dianggap sebagai pendekatan yang efektif dalam mengatasi berbagai tantangan yang dihadapi, tidak hanya dalam kehidupan sehari-hari tetapi juga dalam konteks pekerjaan. Selain itu, orang yang rida mampu mengenali kebaikan dan hikmah dalam cobaan yang diberikan oleh Allah swt dan tidak menghakimi ketentuan-Nya (Rusdi, 2020: 96-97).

Berdasarkan studi pendahuluan di Desa Cicinde Selatan, Kecamatan Banyusari, Kabupaten Karawang, terdapat keluarga yang memiliki anak berkebutuhan khusus, salah satunya *Down Syndrome*. Peneliti melakukan wawancara bersama salah seorang ibu yang memiliki anak *Down Syndrome* sering kali mengalami kendala dalam mendidik dan mengasuh anak berkebutuhan khusus sehingga membuatnya stres. Pada kondisi ini dibutuhkan penyelesaian untuk mengatasi masalah tersebut, salah satunya adalah sikap rida.

Dari uraian yang dijelaskan di atas maka peneliti ingin mengetahui mengenai Rida, dan kondisi mental orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus *Down Syndrome*. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul

“Peran Rida Dalam Menurunkan Stres Orang Tua Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus *Down Syndrome* Di Desa Cicinde Selatan, Kecamatan Banyusari, Kabupaten Karawang”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan Latar Belakang yang telah disampaikan sebelumnya, maka peneliti merumuskan masalah penelitian yang akan dibahas adalah sebagai berikut :

1. Bagaimana sikap rida orang tua dalam menerima kondisi anak mereka yang mengalami *Down Syndrome*?
2. Bagaimana gambaran tingkat stres yang dialami orang tua yang memiliki anak *Down Syndrome* ?
3. Bagaimana peran rida dalam membantu menurunkan stres orang tua yang memiliki anak *Down Syndrome* di Desa Cicinde selatan ?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dipaparkan sebelumnya, maka peneliti memiliki tujuan penelitian adalah sebagai berikut :

1. Untuk mendeskripsikan bagaimana orang tua menerima dengan kondisi anak mereka yang mengalami *Down Syndrome*.
2. Untuk menggambarkan tingkat stres yang dirasakan oleh orang tua, serta faktor-faktor yang mempengaruhi terhadap stres tersebut.
3. Untuk menganalisis bagaimana peran rida dalam membantu menurunkan stres orang tua yang mengalami *Down Syndrome*.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat yang luas baik secara teoritis maupun praktis sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan hasil penelitian ini akan memberikan wawasan dan informasi penting mengenai rida serta upaya untuk menurunkan stres bagi orang tua yang memiliki

anak berkebutuhan khusus *Down Syndrome*. Selain itu, hasil dari penelitian ini juga bisa dijadikan sebagai referensi atau informasi bagi penelitian selanjutnya terkait dengan pembahasan yang sama.

2. Manfaat Praktis

Diharapkan hasil penelitian ini bisa memberikan manfaat bagi masyarakat secara luas terutama bagi orang tua yang memiliki anak *Down Syndrome* untuk memahami rida agar dapat membantu menurunkan stres sehingga memiliki mental yang sehat untuk menjaga kesejahteraan psikologis, serta memberikan inspirasi dan motivasi bagi siapapun yang membaca penelitian ini.

E. Kerangka Pemikiran

Orang tua yang memiliki anak dengan keterlambatan perkembangan cenderung menghadapi risiko lebih tinggi terhadap gangguan psikologis, yang dapat berupa depresi, kecemasan, stres, serta kurangnya kepuasan dalam hidup. Selain itu, interaksi antara orang tua dan anak pun seringkali menjadi lebih sedikit. Selain itu, orang tua yang memiliki anak dengan gangguan atau keterbatasan tertentu seringkali mengalami pengurangan dalam alokasi waktu dan finansial mereka. Hal ini tidak hanya berpengaruh pada kesehatan orang tua, tetapi juga pada kesejahteraan keluarga secara keseluruhan. Akibatnya, kondisi ini dapat berimbas pada kesehatan dan kesejahteraan anak itu sendiri (Yorike, Yulistini, Afriyeni, Purnama, & Pratama, 2023: 81-82).

Besarnya beban dan tanggung jawab yang dimiliki orang tua dengan anak *Down Syndrome* dapat menyebabkan kelelahan fisik, mental, dan emosional yang dirasakan akibat stres dalam mengasuh anak *Down Syndrome*, perhatian khusus yang diberikan kepada anak *Down Syndrome* sangat penting, mengingat mereka memiliki kebutuhan dan tantangan yang berbeda dibandingkan dengan anak normal (Isfiyanti & Handayani, 2018: 11). Stres sebagai kondisi yang tidak nyaman, dimana seseorang merasa bahwa tuntutan dalam suatu situasi melebihi kemampuannya untuk memenuhi tuntutan tersebut. Dengan kata lain, stres muncul sebagai reaksi tubuh sebagai bentuk pertahanan ketika terjadi sesuatu yang mengganggu keseimbangan diri, sehingga

menimbulkan perasaan tidak tenang karena adanya tuntutan yang harus diselesaikan (Nasir & Muhith, 2011). Dalam bukunya yang berjudul *Manajemen Konflik dan Stres*, Ekawarna memberikan penjelasan mengenai stres dalam beberapa aspek: 1). Stres dapat diartikan sebagai faktor eksternal, yakni kejadian atau stimulus dari lingkungan yang menyebabkan seseorang mengalami ketegangan. Faktor ini dikenal sebagai stresor, 2). Stres juga merupakan faktor internal, berupa respons subjektif atau adaptif yang dirasakan oleh individu sebagai ketegangan, 3). Stres dapat diartikan sebagai perubahan kondisi fisik atau psikologis yang dirasakan sebagai gangguan (Ekawarna, 2018: 144).

Stres pengasuhan merupakan hal yang umum dirasakan oleh orang tua, akan tetapi perasaan yang muncul ketika orang tua mengetahui kondisi anaknya dapat menjadi salah satu pemicu stres dalam pengasuhan juga. Stres pengasuhan adalah kesulitan yang muncul akibat tuntutan dalam peran sebagai orang tua. Stres ini dapat mempengaruhi sikap dan kesejahteraan orang tua, serta berdampak pada kemampuan anak dalam menyesuaikan diri. Ketika orang tua mengalami stres, hal ini bisa mempengaruhi cara mereka membimbing dan merawat anak (Kristiana, 2017: 53). Mereka akan melalui proses yang panjang dan penuh tantangan untuk mengatasi masa-masa sulit dan tekanan yang timbul selama merawat anak dalam keadaan tersebut.

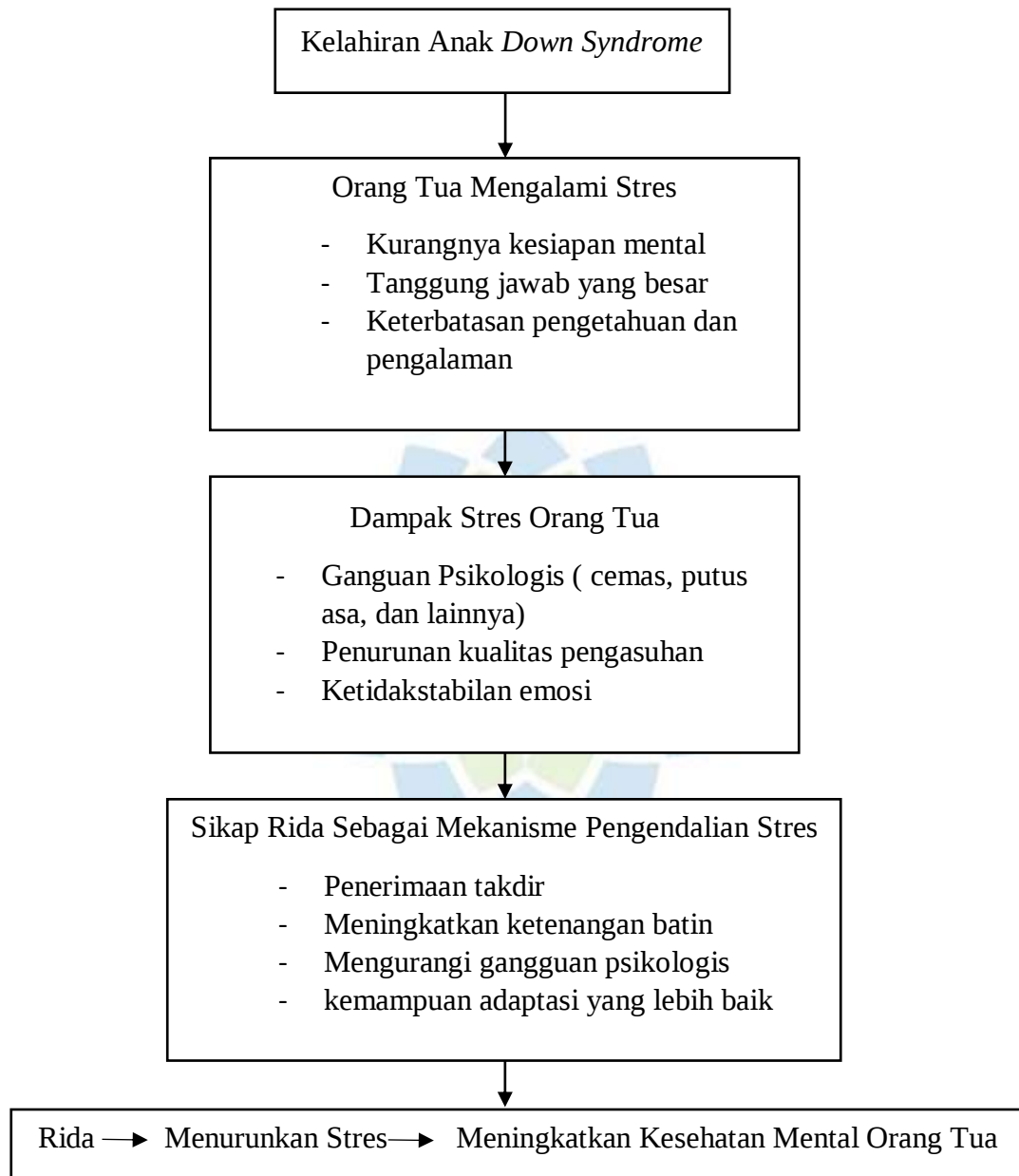
Selain itu stres juga dapat disebabkan karena pengasuhan, faktor yang mempengaruhi pengasuhan yaitu:

1. Stres kehidupan secara umum mencakup faktor internal dan eksternal
2. Kondisi anak berupa perilaku menyimpang atau mengalami berbagai masalah dalam perkembangan.
3. Dukungan sosial muncul ketika tidak ada peran ikut andil keluarga sehingga merasa terbebani sendirian dalam tanggung jawab pengasuhan.
4. Status ekonomi yang tidak stabil mengenai sandang, papan, dan pangan juga berpengaruh.
5. Kematangan psikologis bagi orang tua dengan relatif muda cenderung mengalami stres karena keterbatasan pengetahuan dan pengalaman (Gunarsa, 2006: 305).

Dalam hal ini, rida dapat berfungsi sebagai strategi dalam pengendalian diri yang efektif. Dzun Nun Al-Misri mengatakan bahwasanya rida merupakan menerima qada dan qadar Allah dengan segala kerendahan hati. Tanda-tanda orang yang telah rida adalah sebagai berikut :

1. Mempercayakan hasil dari segala sesuatu yang diupayakan.sebelum datangnya ketentuan.
2. Menerima segala yang Allah tentukan dengan hati yang tenang tanpa adanya perasaan gelisah,
3. Dalam keadaan tersulit sekalipun rasa cintanya kepada Allah masih tetap sama dan bahkan semakin besar (Al-Jailani, 2012: 174-175).

Dengan menerima keadaan anak memungkinkan orang tua untuk lebih fokus pada potensi dan aspek positif yang dimiliki anak, sehingga mengurangi kecemasan dan tekanan. Selain itu, sikap rida ini dapat membantu orang tua dengan lebih mudah menghadapi tantangan yang akan muncul, memiliki pemahaman yang lebih positif serta meningkatkan kualitas interaksi antara orang tua dan anak yang dapat bermanfaat bagi kesehatan emosional kedua belah pihak. Dalam konteks penelitian ini, rida diartikan sebagai sikap ketulusan hati dan penerimaan yang dimiliki orang tua terhadap kondisi anaknya. Sikap ini sangat penting karena dapat mempengaruhi cara orang tua berinteraksi dengan anak dan lingkungan sekitar.



Gambar 1. 1 Bagan Kerangka Pemikiran

F. Problem Statement

Kelahiran anak tentunya membawa kebahagiaan bagi setiap keluarga, namun orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus, seperti *Down Syndrome*, sering menghadapi tantangan yang berat sehingga menghadirkan tekanan psikologis yang signifikan. Stres yang dialami oleh orang tua dapat berdampak negatif pada kesehatan mental serta cara mengasuh anak. Di Desa Cicinde Selatan, keluarga dengan anak *Down Syndrome* memiliki kekhawatiran terhadap anak mereka yang kesulitan dalam berbaur di lingkungan sekitarnya, mengkhawatirkan mereka yang belum bisa hidup mandiri. Konsep rida dalam ajaran islam yang berarti menerima terhadap takdir dapat menjadi hal yang penting dalam pembahasan ini. Praktik keagamaan seringkali memberikan kekuatan kepada orang tua untuk menghadapi kesulitan. Penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki peran rida dalam mengurangi stres orang tua yang memiliki anak *Down Syndrome*. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan wawasan baru tentang pengalaman orang tua dalam membantu meningkatkan pemahaman orang tua yang memiliki anak *Down Syndrom* mengenai pentingnya rida dalam menghadapi tantangan hidup.

G. Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu dilakukan dengan tujuan mencari perbandingan dari penelitian sebelumnya serta menemukan konsep-konsep inovatif untuk memajukan penelitian berikutnya. Selain itu, penelitian terdahulu membantu dalam membuktikan keaslian dan penempatan penelitian itu.

1. Penelitian yang berjudul *Implementasi Rida Dalam Mengatasi Stres Di Masa Pandemi (Studi Kasus Pada Guru Di MTs Assa'adah Cakung, Jakarta Timur)* disusun oleh Lulu Maknunah pada tahun 2020 Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Sunan Gunung Djati Bandung (Maknunah, 2020). Dalam penelitian ini memiliki persamaan terkait topik rida, stres dan juga menggunakan metode pendekatan kualitatif. Sedangkan perbedaannya terletak pada subjek dan tempat penelitian, subjek pada penelitian ini

yaitu Guru Di MTs Assa'adah Cakung yang bertempat di Jakarta Timur sedangkan subjek penelitian peneliti yaitu orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus *Down Syndrome* yang bertempat di desa Cicinde Selatan Kabupaten Karawang.

2. Penelitian yang berjudul *Pengaruh sikap rida terhadap tingkat stress pada mahasiswa: Studi deskriptif terhadap mahasiswa Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi semester tiga disusun oleh Edi Ripandi* pada tahun 2019 Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Sunan Gunung Djati Bandung (Ripandi, 2019). Dalam penelitian ini memiliki persamaan terkait topik rida, dan stres. Sedangkan perbedaannya terletak pada pendekatan dan subjek penelitian, pendekatan yang digunakan penelitian ini adalah kuantitatif dan subjek penelitiannya yaitu mahasiswa jurusan Tasawuf dan Psikoterapi semester tiga sedangkan pendekatan yang digunakan peneliti adalah kualitatif subjek penelitian peneliti yaitu orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus *Down Syndrome*.
3. Penelitian yang berjudul *Stres Pengasuhan (Parenting Stress) Pada Orang Tua Dari Anak Yang Memiliki Spektrum Autisme Di Rumah Mentari Semarang* disusun oleh Nabila Tsabita pada tahun 2024 Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang (Tsabita, 2024). Dalam Penelitian ini memiliki persamaan terkait stres pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus dan juga menggunakan metode pendekatan kualitatif sedangkan perbedaannya terletak pada spesifikasi anak berkebutuhan khusus dan tempat penelitian. Spesifikasi anak berkebutuhan khusus penelitian ini adalah anak spektrum autisme bertempat di Rumah Mentari Semarang sedangkan penelitian peneliti spesifikasi anak berkebutuhan khusus *Down Syndrome* bertempat di Desa Cicinde Selatan, Karawang.