

Bab I

Pendahuluan

Latar Belakang Masalah

Permasalahan psikologis yang dihadapi oleh seseorang bisa terjadi pada usia dini yang nantinya akan terbawa hingga dewasa. Anak-anak yang memiliki kebutuhan khusus disebut ABK. ABK menurut Hallahan dan Kauffman (2006) diartikan sebagai anak yang membutuhkan penanganan dan pendidikan dengan cara lain yang berbeda dengan anak normal agar kemampuan mereka bisa dikembangkan secara optimal (dalam Hambali, Meiza & Fahmi, 2015). Selanjutnya Hambali, Meiza & Fahmi (2015) menjelaskan ABK dibagi menjadi 5 yaitu tunanetra gangguan pada indera pengelihatannya yang mempengaruhi kemampuan melihat, tunarungu atau gangguan pada indera penderangannya yang mempengaruhi kemampuan mendengar, tunagrahitha atau gangguan pada proses berfikir individu yang mempengaruhi perilaku, tunadaksa atau gangguan pada fungsi koordinasi tubuh atau sistem motorik yang membuat seseorang tidak bisa menggunakan sebagian dari anggota tubuhnya dan tunalaras atau gangguan pada pengelolaan perasaan dan kemampuan dalam berinteraksi dengan lingkungan.

Didalam DSM V (2013) dijelaskan bahwa gangguan psikologis yang ada terdiri dari berbagai macam jenis, salah satunya adalah gangguan perkembangan. Mereka yang mengalaminya membutuhkan penanganan lebih karena mengalami berbagai hambatan. Salah satu gangguan perkembangan yang ada adalah *Autism Spectrum Disorder* (ASD) atau autisme. Orang dengan ASD atau autisme ini memiliki karakteristik khas yang terlihat dari perilakunya. Selanjutnya masih didalam buku *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder* (DSM) V menjelaskan bahwa autisme merupakan gangguan perkembangan yang meliputi defisit atau kurangnya kemampuan individu dalam melakukan berhubungan dengan orang-

orang di lingkungan sekitar, kemampuan dalam membentuk dialog dengan lawan bicara, kecenderungan perilaku menarik diri yang dominan, serta memiliki keterbatasan dalam suatu pola akan berperilaku, beraktivitas, serta minat penyandang autisme akan suatu hal.

Autisme adalah satu gangguan perkembangan yang paling berat yang terjadi mulai dari tahap usia anak, yang utamanya meliputi kendala pada kemampuan interpersonal atau kemampuan dalam melakukan hubungan relasi dengan orang lain, memiliki ketertarikan dan kegiatan yang minim dan terbatas dalam ruang lingkup yang sempit, serta terlalu asik dengan dunia imajinasi yang mereka ciptakan sendiri sehingga menimbulkan keterbatasan dalam berhubungan dengan dunia luar. Autis merupakan gangguan dengan yang tidak dapat disembuhkan, dengan tingkat keparahan yang serius, namun masih bisa dikurangi bentuk perilaku yang kurang adaptif dari penderitanya. Namun, gangguan tersebut tetap akan disandang seumur hidupnya (Nevid, Rathus, & Greene, 2003).

Memiliki anak autis khususnya dalam usia remaja menjadi tantangan tersendiri bagi orang tua khususnya ibu dimana perilakunya anak berbeda dengan anak autis usia anak-anak. Masalah yang akan timbul seperti masalah seksualitas atau pemenuhan akan kebutuhan seksual yang akan muncul pada remaja normal akan timbul juga di remaja dengan autisme. Akan tetapi, banyak orang yang mengabaikan tentang isu tersebut dikarenakan kemampuan anak autis untuk menentukan perilaku yang tepat sesuai konteks sosial seperti *socioaffective* yang kurang baik (Konstantareas & Lunsky, 1997 dalam Stokes, 2005). Hal yang demikian akan semakin mempersulit diri individu dengan autisme tersebut.

Selain itu, anak autisme memiliki kendala didalam memperoleh pendidikan karena tidak banyak sekolah inklusi atau sekolah luar biasa yang ada di Indonesia yang jumlahnya belum tentu sebanding dengan jumlah anak autisme ditambah anak berkebutuhan khusus lain, sehingga anak autis kesulitan dalam memperoleh pendidikan formal. Maka dari itu ada banyak anak autis yang tidak bersekolah (Olyvia, 2017). Padahal, menurut Prayogo (2014)

pendidikan terutama pendidikan vokasi untuk anak autis sangat penting untuk kemandirian diri anak autis secara finansial yang berdampak pada kelangsungan hidup mereka di masa mendatang yang lebih memiliki daya saing.

Kondisi orangtua yang memiliki anak autis yang terombang ambing dalam mencari tempat atau institusi pendidikan yang dapat menjawab kebutuhan mereka akan pendidikan khusus memang tidak jarang terjadi. Padahal sudah ada undang-undang yang mengatur dan menjamin mengenai pemenuhan hak mereka akan pendidikan yang layak seperti UU No. 20 tahun 2003 pasal 32 yang menjelaskan mengenai seseorang yang memiliki keterbatasan dalam hal jasmani serta mental baik dalam segi berfikir maupun berperilaku, juga mereka yang memiliki bakat khusus atau kemampuan diatas rata-rata akan memperoleh pendidikan khusus dan UU No.20 tahun 2003 pasal 15 menjelaskan bahwa pendidikan yang dimaksud tersebut yaitu Pendidikan Khusus yang merupakan pendidikan yang dirancang dan disediakan untuk memenuhi kebutuhan anak berkebutuhan khusus dengan sistem tersendiri. (Mintari & Widyarini, 2007).

Kondisi yang kurang menyenangkan tersebut merupakan realita yang harus dihadapi seorang orang tua khususnya Ibu yang memiliki anak autis. Didalam masyarakat yang memiliki budaya dimana seorang perempuan yang sudah menikah dibebankan akan semua tanggung jawab domestik yang ada. Kemudian pada saat mereka memiliki anak, apalagi anak mereka mengalami gangguan atau kelainan psikologis maka Ibu akan memiliki tanggung jawab yang besar. Apalagi jika mereka memiliki kesibukan lain seperti bekerja atau berwirausaha, beban pikiran yang menekan dari berbagai aspek memberatkan Ibu, namun mereka tidak memiliki pilihan karena merekalah yang dianggap bertanggung jawab untuk menyelesaikan semua permasalahan tersebut. (Santoso, 2009 dalam Armajayanthi, Victoriana & Ayu, 2017)

Hal yang berbeda yang terjadi di negara lain, diungkapkan melalui penelitian survey yang dilakukan di Australia yang menjelaskan bahwa jika keadaan anak autis di Indonesia mengalami berbagai kesulitan, hal tersebut berbeda dengan keadaan anak autis yang ada di negara Australia yang mana mereka diperlakukan dengan lebih baik. Selain anak autis, anggota keluarganya khususnya Ibu pun mendapatkan perhatian lebih dari negara. Hal tersebut bisa dilihat dari perhatian pemerintah yang memberikan tunjangan kepada orangtua yang memiliki anak autis di atas 7 tahun sebagai dukungan dalam hal finansial. Bantuan dalam segi keuangan akan berdampak memudahkan orangtua dalam mengakses layanan yang dibutuhkan bagi anak mereka yang berkebutuhan khusus karena biaya yang diperlukan sangat mahal (Hambali, Meiza, & Fahmi, 2015).

Berbagai kondisi rumit yang dihadapi oleh Ibu yang memiliki anak autis yang sudah dijelaskan diatas dapat menjadi beban bagi Ibu tersebut yang nantinya akan menimbulkan perasaan yang tidak menyenangkan dan kurang adaptif bagi, seperti *stress* dan kondisi mental yang kurang sehat lainnya, sehingga mereka memerlukan kemampuan yang baik dalam mengelola *stress* serta berbagai kondisi yang mereka hadapi (Zablotsky, Bradshaw, & Stuart, 2013). Ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus termasuk autisme memang sebagian memiliki pemahaman yang kurang memadai tentang situasi yang mereka hadapi terutama seputar anak mereka yang menderita autisme, baik dari segi hambatan yang anak mereka di berbagai bidang, serta bagaimana cara merawat anak mereka dengan benar terutama dalam sudut pandang psikologis. Dengan kurangnya kompetensi dan wawasan dalam membesarkan anak mereka yang menyandang autisme, kondisi mental Ibu dapat menurun ke kondisi yang tidak menyenangkan, seperti contohnya *stress*. (Allen, Bowles, & Weber, 2013).

Sebagai contoh, peneliti yang memiliki kerabat dengan gangguan autisme melihat individu dengan autisme tersebut dalam keseharian biasanya akan muncul perilaku tantrum

dan hal ini akan merepotkan khususnya bagi Ibu karena kurangnya pemahaman mengenai anak mereka dan juga strategi apa yang harus dilakukan untuk menyelesaikan kondisi tersebut dengan efektif. Kemudian Ibu juga akan kedingungan untuk melakukan apa untuk menenangkan anak mereka, dan bisa jadi Ibu tersebut malah menjadi marah dan merespon secara emosional dalam menghadapi situasi yang demikian.

Orang yang pertama kali menggunakan istilah *stress* adalah Hans Selye, seorang dokter spesialis endokrin (hormon) yang di tahun 1926 menjelaskan sebuah fenomena yang berkaitan dengan kondisi mental didalam kesehatan mental. Istilah yang diambil oleh Hans merupakan salah satu istilah dalam rumah tangga, namun dalam penjabaran yang diberikan akan kata tersebut menggunakan makna dari kata *strain* yang artinya tekanan, dengan memberikan perubahan mengenai makna dari kata *stress* dan menitikberatkan makna dari kata tersebut pada faktor lingkungan yang memberatkan atau membebani diri seseorang (Selye, 1956 dalam Baqutayan, 2015).

Didalam website Direktorat Pencegahan Dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular Kemenkes RI (2018) dijelaskan bahwa bahwa seseorang akan melakukan suatu hal untuk menghilangkan perasaan yang tidak nyaman ketika mengalami kondisi yang disebut *stress*. Ada banyak cara untuk yang biasa dilakukan meredakan stres yang dirasakan oleh seseorang. Bentuk perilakunya pun berbagai macam, ada yang berusaha untuk pergi berekreasi ke tempat wisata dan berbagai tempat hiburan lainnya, ada juga yang lebih memilih pendekatan yang agamis dan spiritual ketika masalah datang menghampiri pemuka agama kemudian melakukan peribadatan atau ritual, ada pula yang berusaha untuk mengkomunikasikan apa yang dirasakan kepada orang terdekat.

Hal yang demikian juga dapat dimaknai sebagai *Coping*. *Coping* dapat diartikan sebagai sebuah upaya yang dilakukan untuk menghadapi *stressor* atau hal yang memicu stres, yang dimana sumber *stress* adalah berupa tantangan yang dirasa melampaui kemampuan

seseorang dalam menghadapinya, dan dilakukan dengan berbagai strategi baik dalam segi perilaku maupun pikiran atau kognisi (Lazarus & Folkman, 1984 dalam Dardas & Ahmad, 2015).

Ketika sebagian dari para Ibu diwawancarai, mereka menyatakan berusaha untuk pasrah dan tidak ambil pusing lagi atas keadaan anaknya, mereka yang sudah mengupayakan berbagai cara untuk dapat membuat kondisi anak mereka menjadi lebih baik (tidak sering tantrum, dapat berkomunikasi dengan lebih baik dsb) sejak anak mereka masih kecil hingga tumbuh besar dan menginjak usia remaja, namun tidak banyak menemui perubahan yang signifikan, dan mereka sekarang lebih memilih untuk menitipkan anak mereka di asrama dan menyibukkan diri mereka dengan hal lain seperti bekerja, berjalan-jalan ke tempat wisata dan sebagainya.

Dari situ kita bisa lihat bahwa *Coping Stress* yang dilakukan oleh ibu yang memiliki anak autis cenderung atau melarikan diri dan juga mendistrupsi pikiran dengan melakukan kegiatan lain agar dapat mengalihkan perhatian dari permasalahan yang ada. Kepenatan yang dialami oleh Ibu yang memiliki anak autis menurut Cooklin et. al. (2001) akan situasi hidup yang dialami oleh sang Ibu dapat membuat Ibu yang memiliki anak autis mengembangkan pola *coping stress* yang tidak adaptif akan permasalahan hidup yang mereka alami (dalam Seymour, Wood, Giallo, & Jellett, 2013).

Selain itu juga bagi orangtua yang memiliki anak autis yang memilih strategi *coping Escape-Avoidance* yang termasuk *Emotion Focused Coping* yang memberikan hasil yang menghasilkan kondisi psikologis yang lebih buruk dan perilaku yang kurang adaptif, dengan hasil tingkat *stress* yang lebih parah, memunculkan kerenggangan atau ketidakharmonisan didalam relasi hubungan suami istri dan juga menurunkan interaksi sosial sehingga cenderung menarik diri dari lingkungan (Dunn, Burbine, Bowers, & Tantleff-Dunn (2001). Kemudian, strategi *coping Active-avoidant and religious/denial* menurut Benson (2010),

Dabrowska & Pisula (2010), Hastings & Johnson (2001), Hastings et al. (2005), Quine & Pahl (1991) memberikan dampak yang tidak adaptif bagi Ibu yang memiliki anak autis dengan memberikan hasil kondisi mental tidak nyaman, dengan dihasilkannya level *stress* yang lebih tinggi, depresi yang tinggi, kecemasan yang tinggi, dan juga kondisi *well being* yang menurun, sehingga dapat disimpulkan bahwa strategi coping tersebut bukanlah strategi yang tepat bagi Ibu yang memiliki anak autis didalam menghadapi *stress* dilihat dari hasil pengukuran aspek psikologis yang semakin tidak membuat diri Ibu nyaman (dalam Seymour, Wood, Giallo, & Jellett, 2013)

Fenomena lain yang bisa ditemui pada para Ibu yang ada di SLB “X” Kabupaten Bandung adalah menyerah akan keadaan dan menjadi tidak berdaya, yang dikenal dengan istilah *Learned Helplessness*. *Learned Helplessness* merupakan reaksi yang timbul dikarenakan oleh pengalaman yang tidak dapat dikontrol yang dialami oleh individu yang menyebabkan individu tersebut mempelajari rasa tidak berdaya. Kejadian yang tidak dapat diatasi oleh seseorang akan merubah pemikiran serta perasaan individu yang akhirnya menetap menjadi keyakinan yang bersifat kurang adaptif, karena anggapan bahwa situasi yang ada tidak dapat dikondisikan sesuai dengan keinginan dirinya (Sahoo, 2002).

Menurut Seligman (1975) orang yang sudah berada dalam fase ini mengatribusikan bahwa setiap kegagalan yang terjadi merupakan hasil dari ketidakmampuan dirinya dalam mengendalikan apa yang terjadi, membawa individu menghadapi berbagai macam gangguan, seperti depresi, penurunan motivasi, serta kondisi emosional lain seperti kegelisahan (dalam Willner, 1986).

Learned Helplessness terdiri dari tiga aspek yang meliputi *Emotional Deficits* atau penurunan kualitas kondisi emosional ke kondisi yang semakin tidak nyaman ketika menghadapi permasalahan yang dihadapi yang tidak dapat diubah, *Cognitive Deficits* atau penurunan kemampuan berfikir dalam menyusun strategi menghadapi permasalahan akan

permasalahan yang tak dapat dikendalikan dan pasrah walaupun kesempatan untuk berhasil ada dan *Motivational Deficits* atau penurunan dorongan serta gairah dari dalam diri untuk menghadapi permasalahan yang ada dikarenakan ketidakmampuan seseorang dalam menghadapi permasalahan yang tidak dapat dirubah (Maier & Seligman, 1976). Melihat ciri-ciri dari kondisi *Learned Helplessness*, hal tersebut terlihat pada Ibu yang memiliki anak autis yang ada di SLB yang akan diteliti karena strategi yang mereka lakukan untuk menghadapi *stressor* yang ada terutama dari beban pengurusan anak mereka yang menderita autisme tidak efektif, hingga kehilangan harapan tentang masa depan anak mereka yang lebih baik.

Berdasarkan pengamatan dan wawancara dari orangtua khususnya Ibu yang memiliki anak autis di SLB “X” Kabupaten Bandung dapat dilihat bahwa sekolah tersebut menjadi seperti wadah untuk orangtua yang sudah tidak mampu lagi berurusan dengan pengasuhan serta mendidik anak mereka yang memiliki gangguan autisme agar dapat terlepas dari tanggung jawab tersebut.

Padahal, kehadiran orangtua khususnya Ibu memiliki arti yang sangat penting untuk kemajuan perkembangan anaknya yang menyandang autisme. Penanganan untuk anak dengan autisme memerlukan pendampingan dari orangtua yang dapat membantu peningkatan kondisi anak dengan autis dari berbagai aspek. Alasan penting mengapa Ibu harus mendampingi di setiap proses yang anak autis lalui karena salah satu peran Ibu adalah mengamati peningkatan perkembangan anaknya khususnya dari segi hasil *treatment* yang diberikan oleh profesional seperti hasil sesi terapi dan pengobatan (medikasi), kemudian apabila Ibu merasa profesional (contohnya psikiater) yang menangani anaknya tidak dapat membantu anaknya secara maksimal, maka Ibu dapat memutuskan untuk pergi ke professional lain agar sang anak mendapatkan penanganan oleh orang yang lebih kompeten (Rachmayanti dan Zulkhaida, 2011).

Orangtua juga seharusnya dapat menjadi *support* atau terapis dirumah bagi anaknya, agar dapat membantu meningkatkan kemampuan anak autis pada berbagai aspek seperti meningkatkan kemampuan didalam aspek komunikasi dan juga interasi sosial. Orangtua dapat berkolaborasi dengan psikoterapis anak mereka agar dapat melanjutkan penanganan yang telah diberikan oleh psikoterapis dirumah agar hasil yang diperoleh dari sesi terapi dapat lebih optimal (Rachmah, 2016).

Orangtua juga dapat membantu anak dengan autisme untuk dapat mengontrol perilaku atas emosi yang tak terkendali. Ketika anak dengan autisme berada di lingkungan rumah bersama dengan orangtua, maka Ibu dapat membantu untuk mengendalikan emosi yang bergejolak dengan berbagai strategi, salah satunya dengan pengabaian ketika emosi anak sedang meluap, sehingga anak dapat memperoleh pembelajaran atas sikapnya dan akan mengurangi perilaku yang tidak diinginkan (Bishop, Kenzer, Coffman, Tarbox, Tarbox, Lanagan, 2013 dalam Yumpi-R, 2016).

Melihat permasalahan yang ada, maka peneliti merasa tertarik untuk mengangkat permasalahan tersebut menjadi sebuah karya tulis ilmiah dalam bentuk penelitian skripsi yang berjudul : **“Hubungan Antara *Coping Stress* dengan *Learned Helplessness* Pada Ibu yang Memiliki Anak Autis di SLB “X” Kabupaten Bandung”**

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNAWIDJATI
BANDUNG

Rumusan Masalah

1. Apakah terdapat hubungan antara *Coping Stress* dengan *Learned Helplessness* pada Ibu yang memiliki anak autis di SLB “X” Kabupten Bandung?
2. Bagaimana hubungan antara *Coping Stress* dengan *Learned Helplessness* pada Ibu yang memiliki anak autis di SLB “X” Kabupaten Bandung?

Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara dari *Coping Stress* yang dilakukan oleh ibu penderita autis dengan tingkat *Learned Helplessness* di SLB “X” Kabupaten Bandung

2. Untuk mengetahui bagaimana arah hubungan antara *Coping Stress*, *Problem Focused Coping* dan *Emotion Focused* dengan tingkat *Learned Helplessness* di SLB “X” Kabupaten Bandung.

Kegunaan Penelitian

1. Manfaat Praktis

Diharapkan dari hasil penelitian ini dapat diperoleh informasi dan masukan yang bermanfaat bagi ibu yang mengalami *stress* dalam melakukan strategi *Coping Stress* ketika menghadapi perilaku anak autisme yang *maladaptive* dan memicu *stress* bagi diri mereka. Hasil dari penelitian ini dapat memberikan masukan bagi orangtua berkaitan *Coping Stress*, dan bagaimana *Coping Stress* berkaitan dengan *Learned Helplessness*. Dari hasil penelitian ini akan memberikan masukan bagaimana *Coping Stress* yang seharusnya dilakukan oleh ibu agar pada akhirnya ibu tersebut tidak mengembangkan strategi *Coping* yang tidak efektif dan *maladaptive* dan akhirnya menjadikan mereka mengadaptasi perilaku *Learned Helplessness*. Hal tersebut akan merugikan Ibu, terlebih kepada anaknya yang mengalami autisme.

2. Manfaat Teoritis

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat melengkapi dan juga memberikan wawasan yang lebih luas mengenai gambaran *Coping Stress* dan *Learned Helplessness* ada pada Ibu yang memiliki anak autisme dan menyekolahkan anaknya di sekolah berasrama, serta seperti apa hubungan antara *Coping Stress* dan *Learned Helplessness*, sehingga dapat melengkapi literatur yang telah ada.