

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Setiap orang tua pasti menantikan kehadiran seorang anak untuk hadir di tengah-tengah keluarga. Keluarga akan terasa lengkap dengan kehadiran seorang anak. Semua orang tua pastilah menginginkan anak yang sehat dan normal yang kelak akan menjadi penerus keluarga. Orang tua tidak hanya menginginkan anak dengan fisik yang sehat tetapi juga memiliki mental yang sehat. Anak yang sehat fisik dan mental akan membawa kebahagiaan dan kebanggaan tersendiri bagi orang tua. Harapan untuk memiliki anak yang sehat secara fisik dan mental serta secara penuh berkembang sesuai tahapan perkembangan juga dimiliki oleh orangtua yang memiliki anak autis.

Menurut Direktur Bina Kesehatan Jiwa Kementerian Kesehatan, Diah Setia, diperkirakan terdapat 112.000 anak di Indonesia menyandang autisme, pada rentang usia sekitar 5-19 tahun (Republika, 2013). Berdasarkan jumlah tersebut, prevalensi anak laki-laki penyandang autisme di Indonesia tiga sampai empat kali lebih besar daripada anak perempuan (Mashabi & Tajudin, 2009).

Gangguan autis adalah gangguan berat yang melibatkan ketidakmampuan merespon orang lain, ketrampilan komunikasi yang buruk, dan perilaku yang repetitif atau berulang-ulang dan kaku (Passer & Smith, 2009). Menurut Santrock (2011), gangguan autisme mulai tampak pada tiga tahun pertama kehidupan manusia dan cenderung menjadi gangguan yang terjadi seumur hidup manusia.

Menurut Firth (2001), gangguan autisme disebabkan oleh kelainan otak yang spesifik. Ada tiga penyebab kelainan otak tersebut, yaitu kesalahan genetik, gangguan pada otak dan penyakit otak. Berdasarkan studi Courchesne (dalam Passer & Smith, 2009) mengenai gambaran otak, anak-anak autis memiliki otak yang berkembang lebih besar dari rata-rata pada tahun-tahun pertama kehidupan dan adanya ketidaknormalan pada otak kecil (*cerebellum*). Kelainan otak yang dialami oleh anak penderita autis membuat perkembangan anak autis menjadi terhambat dan berbeda dengan anak tidak autis. Dalam perkembangannya, anak penderita autis mengalami kekurangan dalam menjalin hubungan sosial, adanya hambatan dalam berkomunikasi dan pengulangan yang terbatas dengan pola stereotip yang sama pada perilaku (Santrock, 2011).

Adanya hambatan perkembangan pada anak autis menyebabkan anak autis mempunyai keterbatasan dalam bidang sosial, kognitif, dan emosi sehingga menuntut orang tua untuk mengasuhnya dengan cara yang berbeda dari anak tidak autis. Orang tua dituntut memberikan penanganan dan perhatian yang lebih kepada anak autis. Orang tua yang memiliki anak autis diharapkan dapat membantu anak autis supaya bisa menyesuaikan diri dengan lingkungan dan mengarahkan anak autis untuk mampu berbuat yang terbaik serta mengoptimalkan segala potensi yang dimilikinya (Dewi, 2012).

Seorang anak pada umumnya lebih dekat dengan ibu, demikian juga dengan anak autis. Tumbuh kembang anak autis sejak lahir hingga dewasa pasti tidak terlepas dari asuhan orang tua sehingga pada umumnya seorang ibulah yang lebih banyak mengasuh dan merawat anak autis.

Dalam mengasuh anak autis, seorang ibu mempunyai peran penting dalam perkembangan anak. Pengalaman-pengalaman fisik dan psikis anak autis pasti juga menjadi pengalaman bagi seorang ibu. Terjadinya hambatan perkembangan pada anak autis menjadi suatu hambatan dalam kehidupan seorang ibu. Anak autis yang tidak dapat berkembang secara normal seperti anak seusianya menjadi tekanan tersendiri bagi seorang ibu. Hambatan perkembangan yang dialami anak autis menuntut ibu harus ekstra dua puluh empat jam untuk mengawasi anak autis. Keadaan yang tidak diinginkan inilah yang menjadi sebuah stresor tersendiri bagi seorang ibu. Stresor merupakan suatu rangsangan, baik fisik maupun psikologis, yang menempatkan individu pada situasi yang mengancam dan menuntut kemampuan koping individu (Passer & Smith, 2009).

Adanya stresor ini menyebabkan seorang ibu yang memiliki anak autis mengalami stres, karena menurut Slamet, dkk (2003), stres adalah suatu keadaan dimana beban yang dirasakan seseorang tidak sepadan dengan kemampuan untuk mengatasi beban itu. Menurut Forman (2007), stres adalah keadaan fisik tubuh, mental, dan reaksi terhadap situasi yang membingungkan, menjadi tantangan, mengejutkan, membahayakan, atau mengganggu.

Keadaan stres yang dirasakan ibu yang memiliki anak autis disebabkan oleh beberapa faktor. Menurut Dewi (2012), beberapa faktor-faktor yang mempengaruhi stres merupakan gabungan dari faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal antara lain karakteristik kepribadian individu, kemampuan dalam menyelesaikan masalah atau koping, harga diri (*self-esteem*), bagaimana individu menerima atau mempersepsikan peristiwa yang potensial

memunculkan stres, dan toleransi terhadap stres. Menurut Dewi (2012), faktor eksternal meliputi jumlah peristiwa yang menjadi stresor dan situasi tertentu, misalnya dengan siapa individu hidup, seberapa lama individu mengalami stres tersebut. Menurut Smet (1994) menyebutkan variabel sosial-kognitif seperti lingkungan sosial, dukungan sosial, integrasi dalam jaringan sosial, dan kontrol pribadi sebagai faktor-faktor yang mempengaruhi keadaan stres seseorang.

Adanya beberapa stimulus internal dan eksternal yang menyebabkan seorang ibu anak autis mengalami stres, tidak hanya mempengaruhi kondisi biologis ibu tetapi juga kondisi emosi, kognitif, dan sosialnya. Menurut Sarafino (1994) stres terdiri dari beberapa aspek, antara lain aspek biologis dan aspek psikososial. Aspek biologis dari stres adalah seperti adanya gangguan pencernaan, sakit kepala, pusing, gangguan tidur, dan gangguan makan. Aspek psikososial terbagi menjadi tiga. Aspek pertama adalah aspek kognitif seperti sulit berkonsentrasi, tidak dapat mengorganisasikan pikiran dengan logis, dan ketidakmampuan mengendalikan dorongan. Aspek kedua adalah aspek emosi seperti fobia dan kecemasan kesedihan, kemarahan, dan depresi. Aspek ketiga adalah aspek sosial seperti menjadi kurang bisa bersosialisasi dan bisa bersikap tidak suka terhadap orang lain atau bersikap memusuhi dan menjadi tidak sensitif terhadap orang lain serta kurangnya kesadaran dalam membantu orang lain.

Peneliti telah melakukan wawancara dengan empat orang ibu yang memiliki anak autis di SLB Autisme Harapan Bunda Surabaya dan dua orang ibu rumah tangga untuk mengetahui sejauh mana stres ibu yang memiliki anak autis. Dari enam orang ibu yang memiliki anak autis didapatkan hasil bahwa ke-enam

ibu tersebut mengalami stres terlihat dari kutipan wawancara, salah seorang ibu mengatakan, “diawal itu stres, apa yang saya harus lakukan apa yang saya harus lakukan, berusaha, putus asa, tertekan, menganggap dunia ini tidak adil, menganggap Tuhan itu tidak adil, bener-bener depresi, akhirnya setiap hari isinya marah”.

Berdasarkan penelitian Schieve, dkk (dalam Kusumastuti, 2014) sebanyak 55% orangtua yang memiliki anak autis mempunyai tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan dengan orang tua yang memiliki anak normal yaitu sebesar 11%. Penelitian tersebut dilakukan pada orang tua yang memiliki anak usia sekitar 4 hingga 17 tahun.

Ibu yang memiliki anak autis memiliki cara yang berbeda-beda dalam merespon berbagai permasalahan yang menyebabkan stres. Permasalahan tersebut memerlukan suatu pemecahan agar ibu yang memiliki anak autis dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan serta dapat menjalani kehidupannya secara efektif. Kemampuan untuk menyelesaikan masalah disebut dengan koping (Santrock, 2007).

Koping stres merupakan respons individu dengan cara tertentu terhadap jenis stres yang dialaminya (Dewi, 2012). Ibu yang memiliki anak autis akan bereaksi secara berbeda terhadap stres, tergantung berbagai faktor psikologis seperti bagaimana individu memaknai peristiwa yang menimbulkan stres tersebut. Koping stres melibatkan upaya untuk memecahkan masalah hidup dan berusaha untuk menguasai atau mengurangi stres (Santrock, 2005).

Menurut Dewi (2012) koping dibagi menjadi dua bagian utama. Koping yang berfokus pada masalah (*problem-focused coping*) adalah suatu strategi atau usaha individu mengatasi reaksi emosional dari stres yang dialami. Pada koping ini orang menilai stresor yang mereka hadapi dan melakukan sesuatu untuk mengubah stresor atau memodifikasi reaksi mereka untuk meringankan efek dari stresor tersebut (Nevid, dkk, 2005). Koping yang berfokus pada masalah melibatkan strategi untuk menghadapi secara langsung sumber stres, seperti mencari informasi tentang penyakit dengan mempelajari sendiri atau melalui konsultasi medis. Koping yang berfokus pada emosi (*emotion-focused coping*) merupakan usaha individu untuk merubah lingkungan atau menemukan solusi untuk menghilangkan stresor (Dewi, 2012). Pada koping yang berfokus pada emosi, orang berusaha segera mengurangi dampak stresor, dengan menyangkal adanya stresor atau menarik diri dari situasi. Pengaturan emosi dalam *emotion-focused coping* dilakukan melalui perilaku individu, seperti penggunaan alkohol, perilaku yang meniadakan fakta-fakta tidak menyenangkan (Smet, 1994).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Rositasari (2013) menunjukkan bahwa adanya perbedaan stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak retardasi mental ditinjau dari *problem-focused coping* dan *emotion-focused coping*, dimana nilai rata-rata *problem-focused coping* sebesar 77,20 dan *emotion-focused coping* sebesar 87,875.

Berdasarkan teori yang sudah dijabarkan di atas, maka dapat ditinjau perbedaan penggunaan jenis koping stres dalam menghadapi sebuah masalah.

Penggunaan masing-masing jenis koping stres akan memiliki dampak yang berbeda dalam menghadapi suatu masalah.

Problem-focused coping akan membawa pengaruh pada individu yaitu perubahan atau penambahan pengetahuan individu tentang masalah yang dihadapinya serta dampak-dampak dari masalah tersebut, sehingga individu mengetahui masalah dan konsekuensi yang dihadapinya (Prayascitta, 2010). Seorang ibu anak autis yang menggunakan strategi *problem-focused coping* cenderung memiliki keyakinan dalam dirinya akan dapat mengubah situasi, dan berorientasi mencari dan menghadapi pokok permasalahan yang sedang dihadapi.

Strategi *emotion-focused coping* merupakan pelarian dari masalah dengan cara menghindari masalah dengan cara berkhayal atau membayangkan seandainya berada pada situasi yang menyenangkan (Hapsari dalam Prayascitta, 2010). Seorang ibu yang memiliki anak autis yang menggunakan strategi *emotion-focused coping* akan berorientasi mengatur emosi tanpa memikirkan usaha untuk mengatasi permasalahan yang dihadapi. Jika seorang ibu anak autis melakukan penghindaran dan pelarian dari permasalahan yang mereka hadapi, maka akan berdampak pada berkurangnya interaksi dan pengasuhan untuk anak.

Dengan perbedaan di atas, maka perlu pentingnya untuk meneliti perbedaan tingkat stres terhadap koping stres ditinjau dari *problem-focused coping* dan *emotion-focused coping* yang dialami ibu yang memiliki anak autis.

Dalam menghadapi stres, seorang ibu yang memiliki anak autis tidak lepas dari dukungan sosial yang diberikan oleh keluarga maupun lingkungan sekitarnya.

Dukungan sosial yang tinggi akan berdampak pada tingkat stres yang dirasakan ibu anak autis.

Hasil penelitian dari Maizan, dkk, (2014) menunjukkan adanya hubungan negatif dan sangat signifikan antara dukungan sosial dengan stres pada anak berkebutuhan khusus, artinya semakin tinggi dukungan sosial, maka semakin rendah tingkat stres pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus (autis merupakan bagian dari Anak Berkebutuhan Khusus), sebaliknya bila dukungan sosial semakin rendah, maka semakin tinggi pula stres pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Penelitian yang mendukung adanya hubungan antara dukungan sosial dan stres dilakukan oleh Syarif (2014). Hasil penelitiannya menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dengan stres menghadapi ujian nasional. Semakin tinggi dukungan sosial akan semakin rendah stres menghadapi ujian nasional, sebaliknya semakin rendah dukungan sosial maka akan semakin tinggi stres yang dialami dalam menghadapi ujian nasional.

Nevid, dkk (2005), menyatakan bahwa dengan adanya orang-orang disekitar akan membantu orang tersebut menemukan alternatif cara koping dalam menghadapi stresor atau sekedar memberi dukungan emosional yang dibutuhkan selama masa-masa sulit.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka penting untuk meneliti perbedaan tingkat stres ditinjau dari strategi koping pada ibu yang memiliki anak autis dengan mengendalikan variabel dukungan sosial.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka selanjutnya dapat dirumuskan masalah penelitian yaitu apakah ada perbedaan tingkat stres ditinjau dari strategi koping dengan mengendalikan variabel dukungan sosial pada ibu yang memiliki anak autis di Surabaya?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan tingkat stres ditinjau dari strategi koping dengan mengendalikan variabel dukungan sosial pada ibu yang memiliki anak autis di Surabaya

D. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan informasi mengenai stres yang dihadapi ibu anak autis, penggunaan strategi koping dan pentingnya dukungan sosial dalam pengembangan ilmu psikologi, khususnya psikologi klinis dan psikologi keluarga ataupun studi psikologi pada umumnya, memberikan manfaat bagi objek yang diteliti ataupun untuk peneliti itu sendiri.

b. Manfaat Praktis

1. Bagi peneliti

Memberikan tambahan pengetahuan dan wawasan peneliti mengenai stres dan strategi koping pada ibu yang memiliki anak autis serta pentingnya dukungan sosial yang harus diberikan kepada seorang ibu anak autis dalam menghadapi permasalahan.

2. Bagi orang tua dari anak autis

Khususnya bagi ibu, dapat memberikan gambaran yang jelas mengenai perbedaan tingkat stres terhadap coping stres, dan pentingnya dukungan sosial dalam menghadapi stres sehingga dapat mempergunakan informasi ini sebagai pertimbangan terhadap tindakan dalam menghadapi sebuah permasalahan.