

BAB IV

PERSIAPAN DAN PELAKSANAAN PENELITIAN

A. Orientasi Kancan Penelitian

Peneliti melakukan penelitian tentang emosi negatif dan coping pada ibu yang memiliki anak retardasi mental di Kota Semarang, dengan mengambil beberapa subjek penelitian di SLB Hj. Soemiyati Semarang. SLB Hj. Soemiyati Semarang terletak di Jalan Kagok Dalam III nomor 38 Semarang. Sekolah Luar Biasa ini merupakan SLB khusus untuk anak-anak retardasi mental.

Awalnya, peneliti meminta surat izin dari Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata Semarang, kemudian menyerahkan surat izin tersebut pada kepala sekolah SLB Hj. Soemiyati Semarang. Pihak SLB menyetujui permohonan izin peneliti dan bersedia membantu memberikan surat pengantar dari sekolah untuk peneliti melakukan wawancara dengan beberapa orang ibu yang anaknya mengalami retardasi mental dan berusia lebih dari 12 tahun, serta bersekolah di SLB tersebut. Peneliti mendapatkan beberapa surat pengantar untuk beberapa orang subjek dari kepala sekolah SLB Hj. Soemiyati Semarang.

Alasan peneliti melakukan penelitian di Kota Semarang adalah sebagai berikut:

1. Peneliti tinggal di Kota Semarang sehingga memudahkan peneliti dalam hal pengambilan subjek dan data penelitian.

2. Kota Semarang memiliki jumlah subjek yang mencukupi, dengan karakteristik subjek yang dibutuhkan dan sesuai dengan penelitian peneliti.

B. Persiapan Penelitian

Peneliti mempersiapkan beberapa hal sebagai berikut ketika akan melakukan penelitian:

1. Survey

Awalnya, peneliti datang ke SLB dan bergabung dengan sekelompok ibu yang sedang mengantar anak mereka sekolah. Melalui diskusi singkat tersebut, peneliti menangkap beberapa emosi negatif dari para ibu dengan anak retardasi mental. Emosi-emosi negatif tersebut harus diatasi dengan baik sehingga peneliti juga menanyakan tentang koping dari emosi-emosi negatif tersebut. Masalah-masalah yang diungkapkan oleh sekelompok ibu tersebut membuat peneliti mendapatkan data untuk tema penelitian.

Setelah menyusun teori dan membaca jurnal-jurnal pendukung, peneliti datang ke SLB Hj. Soemiyati Semarang untuk mendapatkan subjek penelitian yang sesuai dengan karakteristik penelitian. Peneliti meminta surat pada pihak sekolah demi keperluan wawancara ke rumah masing-masing subjek.

2. Tiga orang subjek penelitian yang sesuai dengan karakteristik yang dibutuhkan oleh peneliti, yaitu tiga orang ibu dengan anak retardasi mental berusia lebih dari 12 tahun.

3. Meminta surat izin dari pihak sekolah untuk melakukan wawancara dengan beberapa subjek.
4. Melakukan perkenalan dengan subjek dan menyiapkan surat keterangan persetujuan menjadi subjek penelitian. Peneliti juga menyampaikan bahwa identitas subjek dijamin kerahasiaannya.
5. Pedoman wawancara yang meliputi identitas subjek dan keluarga subjek; penyebab anak subjek mengalami retardasi mental; emosi-emosi negatif yang menyelubungi hati subjek terkait dengan kondisi anaknya yang mengalami retardasi mental; serta koping yang digunakan oleh subjek ketika mengalami emosi-emosi negatif tersebut.
6. Pedoman observasi, yaitu mengobservasi bahasa tubuh subjek ketika menjawab pertanyaan yang meliputi beberapa gerakan tubuh, nada suara, dan ekspresi wajah; kondisi fisik subjek; lingkungan rumah serta lingkungan sosial subjek.
7. Kertas dan bolpoin sebagai alat untuk mencatat hasil observasi selama peneliti melakukan penelitian.
8. Alat perekam yang digunakan untuk merekam hasil wawancara.

C. Pelaksanaan Penelitian

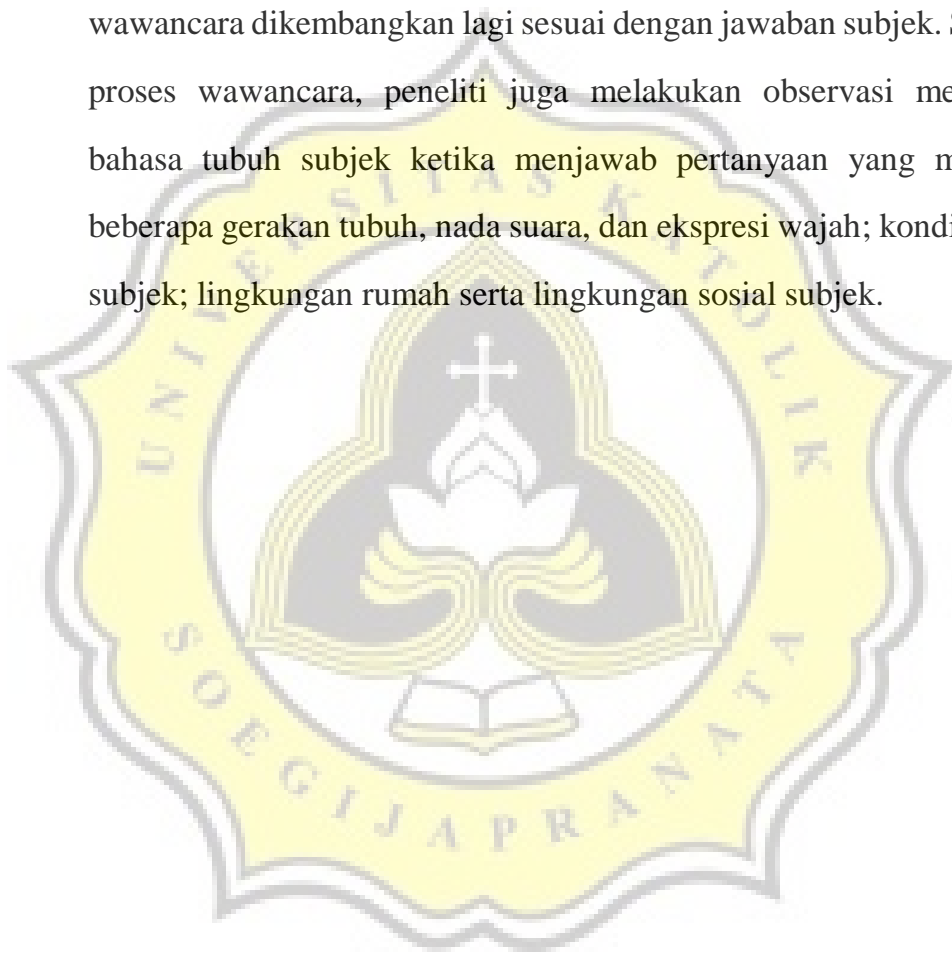
Peneliti mulai mengurus izin penelitian pada bulan November 2015, dan mendapatkan izin penelitian dari SLB Hj. Soemiyati Semarang pada bulan Desember 2015. Setelah mendapatkan izin penelitian dari pihak SLB, peneliti tidak bisa langsung melakukan penelitian pada bulan yang sama karena bulan Desember akan

diadakan ulangan akhir semester bagi semua siswa. Selain itu, akan ada liburan akhir tahun setelah ulangan akhir semester sehingga kegiatan belajar mengajar akan aktif kembali pada bulan Januari 2016 memasuki semester ganjil. Peneliti kembali ke SLB tersebut pada bulan Januari 2016 untuk mengurus surat pengantar wawancara. Setelah itu, pengenalan dan pendekatan pada subjek dilakukan pada bulan Februari 2016. Proses pengumpulan data dimulai pada bulan Februari 2016 sampai dengan bulan Maret 2016.

Peneliti menggunakan metode wawancara dan observasi pada ketiga subjek penelitian untuk mendapatkan data penelitian. Selama melakukan wawancara, peneliti menggunakan alat perekam untuk merekam hasil wawancara, serta memanfaatkan kertas dan bolpoin untuk mencatat hasil observasi.

Awalnya, peneliti datang ke rumah tiap subjek untuk memperkenalkan diri dan menyerahkan surat dari pihak sekolah. Setelah itu, peneliti mulai menjelaskan maksud penelitian dan meminta kesediaan subjek untuk menjadi subjek penelitian dalam penelitian ini. Setelah subjek menyetujui, peneliti menyerahkan *informed consent* untuk ditandatangani serta menjelaskan bahwa identitas subjek akan dirahasiakan. Peneliti datang lagi ke rumah subjek beberapa hari setelah itu dan melakukan wawancara. Sebelum melakukan wawancara, peneliti meminta izin pada subjek untuk merekam hasil wawancara. Setelah subjek setuju, proses wawancara pun dimulai dengan pertanyaan-pertanyaan ringan seputar identitas subjek dan keluarga subjek, lalu mulai mengulas tentang kondisi anak

subjek yang mengalami retardasi mental serta emosi-emosi negatif apa saja yang muncul selama subjek merawat dan membesarkan anaknya, dan koping yang digunakan untuk mengatasi emosi-emosi negatif tersebut. Wawancara mengacu pada pedoman wawancara yang telah disiapkan dan pertanyaan-pertanyaan dalam pedoman wawancara dikembangkan lagi sesuai dengan jawaban subjek. Selama proses wawancara, peneliti juga melakukan observasi mengenai bahasa tubuh subjek ketika menjawab pertanyaan yang meliputi beberapa gerakan tubuh, nada suara, dan ekspresi wajah; kondisi fisik subjek; lingkungan rumah serta lingkungan sosial subjek.



Tabel 1
Jadwal Pengumpulan Data

	Subjek 1	Subjek 2	Subjek 3
Pendekatan dan pengenalan	29 Februari 2016	29 Februari 2016	1 Maret 2016
Wawancara pertama (dengan subjek)	2 Maret 2016	6 Maret 2016	9 Maret 2016
Wawancara kedua (dengan subjek)	11 Maret 2016	15 Maret 2016	18 Maret 2016
Wawancara dengan <i>significant other</i>	21 Maret 2016 (dengan suami subjek)	15 Maret 2016 (dengan adik subjek)	23 Maret 2016 (dengan suami subjek)

D. Hasil Penelitian

1. Subjek 1

a. Identitas Subjek

Nama : N

Alamat : Semarang

Usia : 50 tahun

Jumlah anak : 2

Pekerjaan : Ibu rumah tangga

b. Hasil Observasi

Subjek 1 bertubuh kurus, memiliki warna kulit agak gelap berwarna sawo matang, berambut panjang sepinggang, serta wajah yang sudah banyak kerutan. Ketika pertama kali peneliti datang ke rumahnya, ia sedang berada di rumah tetangganya untuk mengobrol karena ibu dua anak ini memang tidak bekerja dan seorang ibu rumah tangga. Beliau mengenakan kaos oblong dengan celana panjang kain. Ketika peneliti datang ke rumahnya lagi untuk yang kedua kalinya, subjek 1 sedang memasak dan meminta peneliti menunggu di ruang tamunya, tempat kami melakukan wawancara pada pertemuan pertama dengan kaos oblong dan celana panjang kain. Kedatangan peneliti yang ketiga, subjek terlihat sedang membersihkan ruang tamunya, masih dengan kaos oblong dan celana panjang kain.

Subjek 1 tinggal di sebuah rumah yang kecil dan sederhana di dalam gang kecil. Sebelum memasuki halaman

rumah subjek yang kecil dan ditumbuhi beberapa tanaman dalam pot, ada sebuah pagar kayu yang pendek. Memasuki pintu utama, terdapat sebuah ruang tamu kecil dengan sebuah meja dan beberapa sofa yang kulitnya sudah mengelupas. Selama proses wawancara, penerangan di ruang tamu tersebut hanya mengandalkan sinar matahari yang dibiarkan masuk karena subjek selalu membuka pintu rumahnya setiap kali proses wawancara berlangsung. Peneliti selalu mendapati pintu rumah subjek terbuka di siang hari walaupun subjek sedang berada di rumah tetangganya untuk mengobrol, atau di dalam dapur dan sedang memasak.

Subjek tinggal di rumah peninggalan ayahnya bersama suami, kedua anaknya, dan kakaknya. Suami subjek memiliki tubuh agak gemuk dan pendek, serta bersikap ramah terhadap kedatangan peneliti. Beliau sering melewati ruang tamu tempat peneliti dengan subjek melakukan wawancara dan menyapa peneliti sambil tersenyum. Peneliti juga sempat berkenalan dengan suami subjek.

Hubungan subjek dengan para tetangganya juga terlihat baik. Hal ini ditunjukkan dengan sapaan para tetangga dari luar rumah kepada subjek ketika peneliti sedang melakukan wawancara dengan subjek di ruang tamu rumah subjek. Beberapa tetangga sering berteriak memanggil subjek dari luar rumah, walaupun hanya sekadar menanyakan perihal tukang sayur dan lauk tahu yang akan dibeli subjek.

Subjek 1 memiliki nada suara yang ramah dan agak keras. Selama proses wawancara, subjek 1 bersikap santai dan tidak terburu-buru. Subjek bersikap terbuka terhadap pertanyaan-pertanyaan yang diajukan oleh peneliti dan menjawab semua pertanyaan dengan kalimat-kalimat yang panjang. Ia mampu bercerita panjang lebar pada peneliti di pertemuan pertama. Bahkan, subjek 1 juga menangis ketika bercerita tentang kondisi anak keduanya yang mengalami retardasi mental. Subjek juga selalu menggunakan bahasa tubuh ketika bercerita. Ia menunjuk dadanya untuk mengungkapkan kata 'di hati', atau beberapa kali memeragakan dengan tangannya untuk menegaskan maksud dari kalimatnya, misal memeragakan memencet sesuatu dengan ibu jari dan telunjuknya ketika menuturkan tentang kejengkelannya. Selain itu, beberapa kali raut wajahnya berubah menjadi sedih ketika bercerita tentang emosi-emosi negatif yang dialaminya berkaitan dengan kondisi anak bungsunya yang merupakan penyandang retardasi mental.

Sikap keterbukaan yang ditunjukkan oleh subjek 1 pada pertemuan pertama ternyata belum menyingkap semua masalah yang melatarbelakangi anaknya mengalami retardasi mental. Pada pertemuan kedua, ia mulai mau menceritakan penyebab lain yang diduga menyebabkan anaknya mengalami gangguan tersebut. Ketika bercerita tentang penyebab tersebut yang tak lain adalah masalah keluarga dengan pihak orang tua

subjek, subjek selalu mengecilkan nada suaranya. Beberapa kali, nada suaranya terdengar bergetar ketika ia bertutur tentang sikap ayahnya terhadap anak keduanya itu.

c. Hasil Wawancara

1. Latar Belakang Subjek

Subjek 1 adalah seorang ibu rumah tangga berusia 50 tahun. Ia tinggal di sebuah rumah sederhana di dalam gang kecil bersama suami, kedua anaknya, dan kakak lelakinya. Hubungan subjek dengan suaminya cukup hangat, ia sering berbagi beban dengan suaminya terkait kondisi anak keduanya yang mengalami retardasi mental. Suami subjek sendiri bekerja sebagai tukang batu yang kadang kala tidak dapat bekerja ketika musim hujan, atau beberapa saat tidak mendapat pekerjaan ketika memang tidak ada pekerjaan. Subjek 1 menikah di usia 30 tahun, lalu memiliki anak pertama ketika menginjak usia 31 tahun. Tiga tahun kemudian, di usia yang ketiga puluh empat tahun, subjek 1 memiliki anak kedua.

Ketika memiliki anak pertama, subjek sempat tinggal di Desa Kaliwungu bersama mertuanya. Ketika anak pertamanya berusia lima tahun dan anak keduanya berumur sekitar dua tahun, subjek pindah ke Semarang dan tinggal bersama ayahnya. Rumah yang kini ditempati oleh subjek merupakan rumah peninggalan ayahnya. Dulu, subjek sempat tinggal di rumah tersebut bersama dengan

ayah dan ibunya ketika orang tua subjek masih hidup. Menurut pengakuan subjek, semasa itu ayah subjek memperlihatkan sikap bahwa beliau tidak suka terhadap subjek sekeluarga. Subjek menduga, ayahnya tidak suka terhadap keluarganya karena subjek hidup dengan kondisi ekonomi yang buruk. Ayah subjek cenderung bersikap kasar, baik verbal maupun tindakan terhadap keluarga subjek.

Beberapa hal yang dikenang subjek ketika mereka berkumpul bersama di rumah tersebut adalah ketidaksukaan ayahnya bila subjek membelikan ikan laut untuk kedua anaknya. Ayah subjek kerap mengusir subjek dari rumah, menyuruh subjek kembali ke rumah mertuanya di desa lain, atau mengontrak rumah sendiri saja bila subjek membelikan lauk berupa ikan lauk untuk anak-anaknya. Subjek sendiri, dengan kondisi ekonomi yang terbatas karena pendapatan suaminya tidak tetap, terpaksa harus membeli ikan laut dengan jumlah yang terbatas dan lauk tersebut disembunyikan untuk kedua anaknya. Subjek berharap, dengan makan ikan laut, kedua anaknya bisa memperoleh kecerdasan intelektual yang baik. Sayangnya, ayah subjek selalu mengusir subjek setiap kali mengetahui subjek membelikan dan menyembunyikan ikan laut untuk anak-anaknya.

Selain masalah mengenai ikan laut, ayah subjek juga pernah mendobrak pintu kamar subjek dan membuat anak kedua subjek sangat kaget sekaligus ketakutan. Kala itu, anak kedua subjek memperlihatkan gejala kaget dan ketakutan hingga posisi kedua tangannya berada di samping tubuhnya dengan mata melotot. Hal lain yang juga dikenang subjek ketika ia sekeluarga berkumpul bersama mendiang ayahnya adalah ketika anak kedua subjek, yaitu F menangis, lalu ayahnya membentak-bentak F, kemudian memasukkan kaki beserta sandalnya ke dalam mulut F. Subjek yang melihat hal tersebut langsung memeluk anaknya dengan sangat erat, lalu membawa anaknya keluar rumah.

Setelah kejadian itu, subjek sempat kembali ke rumah mertuanya di Desa Kaliwungu, lalu kembali ke Semarang dan memutuskan untuk keluar dari rumah ayahnya. Seorang kenalan subjek membantu subjek dengan meminjamkan rumah kosong untuk ditempati oleh subjek sekeluarga. Ketika ayah subjek meninggal, subjek pun menempati rumah mendiang ayahnya tersebut hingga sekarang.

2. Lingkungan Sosial Subjek

Subjek 1 tinggal di sebuah rumah sederhana dengan pagar kayu yang pendek dan beberapa tanaman di depan rumah. Rumah subjek sederhana dan kecil. Rumah yang tak lain adalah rumah peninggalan ayahnya itu kini ditempati

subjek bersama suami, kedua anaknya, dan kakak lelaki subjek. Hubungan subjek dengan tetangganya cukup baik. Ketika peneliti dan subjek melakukan wawancara di ruang tamu rumah subjek dan pintu rumah dibiarkan terbuka, beberapa kali tetangga subjek menyapa subjek dari luar rumah dengan berteriak. Ada yang menanyakan tentang tukang sayur, dan yang lain bertanya mengenai lauk tahu yang ingin dibeli oleh subjek.

Tetangga di depan rumah subjek adalah saudara subjek sendiri, yang merupakan ketua RT di kompleks rumah subjek. Hubungan subjek dengan saudaranya tersebut baik. Subjek mengaku bahwa anak ketua RT selalu bersikap baik terhadap F, anak kedua subjek yang mengalami retardasi mental, dan mereka sering bermain bersama. Selain tetangga depan rumah, tetangga tepat di samping rumah subjek juga merupakan adik kandung subjek. Subjek bertutur bahwa hubungannya dengan adik kandungnya tersebut memburuk karena adiknya sering menghina anak kedua subjek dengan sebutan 'gila' atau 'edan'.

Selain cemoohan dari adik kandungnya sendiri, anak kedua subjek juga sering dihina oleh beberapa orang di sekitar kompleks tempat tinggal subjek. Beberapa orang menyebut anak subjek 'gila' atau 'kendir' karena anak

kedua subjek sering menyanyi di jalan ketika pulang sekolah di siang hari.

3. Kondisi Anak Subjek yang Mengalami Retardasi Mental

Subjek 1 menikah di usia 30 tahun, lalu memiliki anak pertama di usia ketiga puluh satu tahun. Menginjak usia 34 tahun, subjek dianugerahi anak kedua. Ketika itu subjek tinggal di Desa Kaliwungu bersama mertuanya. Kondisi ekonomi subjek sangat buruk pada kehamilannya yang kedua karena suami subjek tidak bekerja. Kondisi ekonomi yang demikian membuat permintaan subjek ketika ngidam tidak dapat terpenuhi. Salah satu hal yang diingat subjek adalah ketika ia sangat ingin makan buah jeruk, namun suaminya tidak dapat memenuhinya karena kondisi keuangan yang sangat buruk. Akhirnya, mertua subjek yang membelikan buah jeruk untuk subjek.

Anak kedua subjek, F, lahir dengan normal tanpa ada tanda-tanda kelainan apapun. Menjelang usia dua tahun, subjek membawa anaknya kembali ke Semarang dan mereka sekeluarga tinggal bersama orang tua subjek. Subjek menduga ayahnya tidak menyukai ia sekeluarga karena kondisi ekonominya yang buruk. Sikap ketidaksukaan ayahnya ini ditunjukkan dengan sikapnya yang kasar, baik verbal maupun tindakan. Hal yang paling diingat subjek ketika ia tinggal serumah dengan ayahnya adalah ketidaksukaan ayahnya bila subjek membelikan lauk

berupa ikan laut untuk kedua anaknya. Kondisi ekonomi yang buruk memaksa subjek membeli ikan laut dengan jumlah terbatas, dan lauk tersebut disembunyikannya dari ayah subjek. Beberapa biji ikan laut tersebut hanya diberikan subjek untuk kedua anaknya saja.

Mengetahui hal tersebut, ayah subjek sering mengusir subjek dari rumah dan menyuruhnya untuk kembali ke Desa Kaliwungu atau mengontrak rumah sendiri saja jika subjek tetap membelikan ikan-ikan laut untuk kedua anaknya. Ayahnya berpendapat, bila subjek membeli makanan-makanan yang enak, lebih baik subjek keluar dari rumah ayahnya. Selain masalah mengenai ikan laut, ayahnya juga pernah bersikap sangat kasar dengan mendobrak pintu kamar subjek sehingga membuat anak kedua subjek sangat kaget dan ketakutan. Kekagetan tersebut ditunjukkan melalui posisi kedua tangan F yang berada di samping tubuhnya dengan mata mendelik. Tidak hanya itu, ayah subjek juga pernah memasukkan kaki beserta sandal yang digunakannya ke dalam mulut F ketika F menangis.

Setelah kejadian itu, subjek sempat kembali ke Desa Kaliwungu sebentar, lalu memutuskan kembali ke Kota Semarang dan keluar dari rumah ayahnya. Seorang kenalan subjek membantu subjek dengan meminjamkan rumahnya yang kosong untuk ditempati subjek sekeluarga. Rumah tersebut terletak tak jauh dari rumah kedua orang tuanya.

Subjek dan suami beserta kedua anaknya pun tinggal di rumah itu dan berpisah dari ayah subjek. Ketika menempati rumah kenalannya tersebut, anak pertama subjek mulai masuk SD, dan anak kedua subjek mulai bersekolah di Taman Kanak-Kanak. Semuanya masih berjalan baik-baik saja, karena menurut penuturan subjek, anak keduanya tersebut memiliki kemampuan akademis yang baik ketika duduk di bangku TK. Tidak ada gejala apapun ketika F masuk ke bangku TK. F menjadi anak yang pandai dan berani. Ia mau maju ke depan, menyanyi di depan kelas, dan menulis di papan tulis ketika guru TK menyuruhnya.

Keanehan mulai terlihat menjelang F masuk ke jenjang Sekolah Dasar. Awalnya, subjek hendak menyekolahkan F di SD yang sama dengan sekolah anak sulungnya. Ketika mendaftar di SD tersebut, F sudah menunjukkan bahwa ia tidak bisa diam, terus berjalan, dan membuka-buka lemari di hari pendaftaran. Akhirnya F pun tidak diterima di sekolah tersebut. Subjek sempat bingung akan menyekolahkan F di mana. Beberapa teman subjek menyarankan untuk menyekolahkan F di SD G saja karena tersiar kabar bahwa SD G sedang kekurangan murid. Subjek pun mendaftarkan anaknya ke SD G. Ketika menjalani tes masuk, F menjawab pertanyaan-pertanyaan tentang warna dengan bahasa Inggris. Selain itu, F juga

mampu menyebutkan kelima sila Pancasila. F pun diterima menjadi siswa SD G.

Tak lama setelah F resmi menjadi siswa SD G, kepala sekolah SD G sering memanggil subjek dengan laporan bahwa F tidak bisa diam dan terus berjalan ketika pelajaran sedang berlangsung. Subjek dipanggil ke sekolah sebanyak tiga kali karena laporan tersebut, lalu guru wali kelas F pun menyarankan supaya F disekolahkan di SLB saja. Selain karena alasan F tidak bisa diam dan terus berjalan di jam pelajaran, F juga kerap dipukul dan ditendang oleh teman-temannya karena ia terus berjalan bahkan di saat pelajaran sedang berlangsung. F bersekolah di SD G hanya selama sebulan, lalu subjek mulai mencarikan SLB untuk F.

Ketika akan mulai bersekolah di SLB pada usia 6 tahun, subjek sempat membawa F ke psikolog. Psikolog tersebut menyarankan subjek untuk memeriksakan F ke dokter syaraf. Hasil pemeriksaan F di dokter syaraf menyatakan bahwa F baik-baik saja. Subjek pun kembali ke psikolog dengan membawa hasil pemeriksaan tersebut. Psikolog yang menangani F pun mulai mengorek lebih dalam tentang kehidupan F, dan menyimpulkan bahwa F mengalami gangguan karena gertakan dan perlakuan kasar dari ayah subjek.

Tadinya subjek hendak menyekolahkan F di SLB YPAC Semarang, namun karena biaya pendidikan di SLB YPAC tergolong mahal, subjek akhirnya memilih SLB Hj. Soemiyati untuk pendidikan F. Tahun-tahun awal bersekolah di SLB, F tetap tidak bisa diam dan terus berjalan. Subjek mengaku pernah sakit karena ia kelelahan mengurus dan mengawasi F yang sangat suka dengan mobil itu. Setiap ada mobil, F sangat ingin membuka dan naik ke dalamnya. Ketika kelas 1 SD, F pernah diikat dengan selendang oleh gurunya di sekolah karena ia tidak bisa diam. Subjek juga pernah mengikatnya di rumah karena F tidak bisa diam. Saat kelas 2 SD, F bahkan pernah naik ke dalam mobil salah satu guru yang lupa mencabut kunci mobilnya. F hampir saja mengendarai mobil gurunya tersebut, namun untungnya ia tidak kuat menarik persneling dan subjek segera mencegah F mengendarai mobil tersebut dengan memasukkan tangannya melalui kaca pintu mobil yang terbuka untuk mencabut kunci mobil.

Saat duduk di kelas 3 SD, subjek pun membawa F untuk menjalani terapi di SLB YPAC. Terapi dilakukan sekali dalam seminggu bersama teman subjek yang anaknya juga menjalani terapi di SLB YPAC. Anak teman subjek menjalani terapi wicara, sedangkan F terapi konsentrasi. F menjalani terapi selama enam bulan, lalu

subjek melanjutkan dengan menerapi anaknya sendiri di rumah.

Subjek mengaku beberapa orang di sekitar kompleks rumahnya menghina anaknya dengan menyebut F 'edan' atau 'gila'. Salah satu alasan mereka menyebut F dengan sebutan itu adalah karena F suka menyanyi di jalan ketika pulang sekolah di siang hari. Dalam kesehariannya, F juga termasuk anak yang sulit diberi tahu. Ketika subjek menasihati F untuk tidak naik sepeda karena cuaca sedang mendung, F tidak mendengarkan nasihat subjek dan tetap keluar rumah dengan sepedanya. F juga dinilai sebagai anak yang mudah marah ketika dinasihati. Subjek mengaku harus bersikap sabar dan lemah lembut ketika menasihati F karena jika tidak, F akan marah. Hal itu sejalan dengan saran yang diberikan oleh psikolog yang dulu menangani F.

Menjelang SMP, kondisi F sudah lebih baik dengan ia mulai lebih tenang dan tidak lagi seperti ketika usia SD yang selalu berjalan tanpa kenal lelah. Ketika kelas 3 SMP, subjek mengaku F sudah stabil dan mulai bisa membantu orang tuanya dalam hal pekerjaan rumah tangga, seperti mencuci piring dan mengambil air untuk mandi. Sekarang, F sudah duduk di bangku kelas 1 SMA. Sejak kecil, F sangat menyukai mobil dan ingin kursus bengkel setelah lulus SMA. Ia ingin bekerja di bengkel selepas SMA.

d. Dinamika Emosi Negatif dan Koping pada Ibu yang Memiliki Anak Retardasi Mental

Pertama kali subjek mengetahui bahwa anaknya mengalami gangguan adalah ketika F bersekolah di SD G, dan sebulan setelah bersekolah di SD tersebut, wali kelasnya menyarankan subjek untuk menyekolahkan F di SLB saja karena F tidak bisa diam dan terus berjalan ketika pelajaran sedang berlangsung. Selain itu, F juga kerap dipukul dan ditendang oleh teman-temannya karena ia tidak bisa diam dan terus berjalan. Emosi negatif pertama yang muncul dalam diri subjek adalah perasaan sedih, yang ditunjukkan dengan menangis ketika subjek mengetahui bahwa F diperlakukan dengan buruk oleh teman-temannya. Selain itu, emosi negatif sedih juga dirasakan oleh subjek ketika ia menyadari kondisi anaknya. Pertama kali menyadari kenyataan bahwa wali kelas F menyarankan subjek untuk menyekolahkan F di SLB, subjek juga merasakan emosi negatif sedih. Subjek menangis ketika bercerita tentang hal tersebut di hadapan peneliti. Melalui wawancara siang itu, subjek mengatakan bahwa ia menangis ketika pertama kali mendengar saran wali kelas F di SD G untuk menyekolahkan F di SLB. Subjek mengatasi beberapa hal tersebut dengan berdoa dan berpasrah pada Sang Kuasa, yang termasuk dalam jenis koping *emotion-focused coping*.

Selain perasaan sedih, subjek juga merasa kecewa dengan kondisi putranya. Ia menuturkan, bahwa tidak ada

orang tua yang ingin anaknya memiliki gangguan. Subjek mengatasi perasaan tersebut dengan koping *emotion-focused coping*, yaitu berdoa dan berpasrah pada Allah.

Ketika pertama kali mengetahui kenyataan bahwa F harus pindah ke Sekolah Luar Biasa, suami subjek juga merasakan kesedihan seperti yang dirasakan subjek. Hubungan subjek dan suaminya sangat hangat karena subjek sering berbagi beban dengan suaminya. Selain berbagi beban dengan suaminya, subjek mengaku tidak pernah bercerita tentang masalahnya kepada orang lain karena dilingkupi emosi negatif cemas. Subjek cemas bila orang lain justru akan menghinanya jika ia bercerita tentang masalahnya. Koping yang digunakan subjek untuk mengatasi perasaan cemasnya adalah *emotion-focused coping*, yaitu dengan hanya mencurahkan isi hati dan masalah yang dihadapinya kepada suaminya saja.

F adalah anak yang tidak bisa diam. Ketika SD, F selalu berjalan ketika pelajaran sedang berlangsung dan tidak bisa duduk dengan tenang. Hal ini membuat subjek merasakan emosi negatif marah yang diekspresikannya dengan memukul kaki dan mulut F ketika F masih SD. Cara yang digunakan subjek untuk mengatasi perasaan marahnya adalah menenangkan diri dengan istigfar, yang termasuk dalam jenis koping *emotion-focused coping*.

Selain tidak bisa diam dan duduk dengan tenang di sekolah, F juga kerap kali membuat ulah di kompleks

rumahnya. Beberapa kali ketika subjek lengah, F pergi keluar rumah tanpa sepengetahuan subjek dan membuat ulah. Tak lama setelah itu, subjek pun mendapat laporan bila F telah memegang-megang mobil orang atau motor tetangganya. Hal itu terjadi ketika subjek buang air kecil sebentar dan F sudah pergi keluar rumah. Respons subjek ketika mendengar laporan dari tetangganya adalah marah terhadap F, yaitu dengan menendang kaki dan mencubit paha F hingga biru-biru. Selain itu, subjek juga pernah marah terhadap F dengan mengikat F di rumah karena anak keduanya itu tidak bisa diam dan sering pergi tanpa sepengetahuan subjek ketika subjek lengah sedikit saja. Hal yang dilakukan subjek untuk mengatasi perasaan marahnya adalah menenangkan diri dengan istigfar, yang termasuk dalam jenis koping *emotion-focused coping*.

Seringkali, subjek juga mengaku kesabarannya hampir habis ketika menghadapi anak keduanya tersebut. Ia seringkali marah secara verbal, yaitu mengomel ketika F bereaksi marah ketika diberi nasihat oleh subjek. Hal yang biasanya dilakukan subjek untuk mengatasi emosi negatif marahnya adalah dengan *refreshing* sejenak ke rumah tetangganya untuk mengobrol atau pergi ke rumah saudara dengan bus, serta berdoa untuk meminta kesabaran pada Allah. Hal ini termasuk dalam *emotion-focused coping*.

Selain itu, subjek juga merasakan emosi negatif kecewa ketika F tidak mengindahkan nasihatnya. Ketika subjek

menyarankan F untuk belajar, F seringkali justru menyanyi dan tidak melakukan saran untuk belajar sehingga subjek merasa kecewa. Emosi negatif kecewa tersebut biasanya diatasi dengan koping *problem-focused coping*, yaitu memberi nasihat pada F untuk membuka bukunya dan belajar walaupun sebentar agar nilai-nilai pelajaran F baik.

F juga sering tidak mendengarkan nasihat subjek untuk tidak main sepeda di musim hujan ketika hari sedang mendung. Ketika diberi nasihat, F justru melakukan hal sebaliknya, ia mengambil sepeda dan main keluar rumah dengan sepedanya. Subjek pun menelepon F dan menyuruhnya untuk segera pulang karena hari sudah mendung. Ketika pulang, F marah-marah. Emosi negatif yang dirasakan oleh subjek ketika menghadapi situasi tersebut adalah perasaan marah yang diungkapkannya dengan mengomel. Subjek mengatasi emosi negatif tersebut dengan berbicara berdua dengan F dan memberi nasihat setelah F mengembalikan sepedanya. Hal ini merupakan jenis koping *problem-focused coping*.

Subjek juga bercerita bahwa beberapa orang kerap menghina F dengan sebutan 'kentir' atau 'edan'. Anaknyanya kerap dihina dengan sebutan-sebutan seperti itu karena F sering menyanyi sendiri sepulang sekolah di jalan. Subjek mengaku merasa sedih ketika ada orang yang menghina F dengan julukan tersebut. Ia berpendapat bahwa anaknya tidak 'kentir' atau 'edan' seperti yang dikatakan oleh orang-orang tersebut

karena menurut subjek, buktinya anaknya bisa bersekolah. Selain sedih dengan hinaan tersebut, subjek juga diselubungi emosi negatif marah akibat penghinaan yang ditujukan beberapa orang terhadap F dengan menarik diri, yaitu tidak mau dekat-dekat, berbicara, dan menghindari dari orang yang telah menghina putranya. Subjek pun mengatasi emosi negatif sedih dan marahnya dengan berdoa pada Allah, yang termasuk dalam jenis koping *emotion-focused coping*. Selain itu, subjek juga menggunakan jenis koping *problem-focused coping*, yaitu menasihati F agar F lebih rajin belajar sehingga lebih baik dalam hal akademis serta menyarankan F untuk tidak menyanyi di jalan, tetapi menyanyi di rumah saja.

Emosi negatif sedih kembali muncul dalam diri subjek ketika adik kandung subjek yang menempati rumah tepat di samping rumah subjek juga menghina F dengan sebutan 'kentir'. Emosi negatif sedih tersebut diatasi subjek dengan *emotion-focused coping*, yaitu dengan berdoa pada Allah.

Subjek juga pernah mengalami sakit lambung hingga ia tidak bisa beraktivitas mengurus urusan rumah tangganya selama beberapa hari. Hal itu terjadi karena ia terlalu memikirkan banyak cemoohan orang mengenai kondisi F yang lalu membuatnya merasa sedih serta beberapa perilaku F yang sering membuat ulah di kompleks rumahnya. Akibat hal tersebut, suami subjek yang akhirnya menggantikan tugas subjek mengurus rumah tangga, seperti memasak, mencuci

baju, dan mengurus urusan rumah tangga lainnya. Ketika memeriksakan diri ke dokter, dokter menyatakan bahwa subjek terlalu banyak pikiran sehingga jatuh sakit. Emosi negatif yang menyelubungi hati subjek hingga membuat subjek jatuh sakit adalah perasaan sedih karena banyak orang yang menghina anak subjek dengan sebutan 'edan' atau 'kentir' serta perilaku F yang sering membuat ulah. Subjek mengatasi emosi negatif sedihnya dengan berdoa pada Allah, berpikir positif bahwa lebih banyak anak-anak berkebutuhan khusus lainnya yang memiliki kondisi lebih parah daripada F, dan menerima dukungan moral dari orang-orang terdekatnya untuk menerima kondisi F. Beberapa hal tersebut termasuk dalam jenis koping *emotion-focused coping*. Selain itu, subjek juga menggunakan jenis koping *problem-focused coping*, yaitu menasihati F agar F lebih rajin belajar sehingga lebih baik dalam hal akademis.

Subjek juga kerap kali merasakan emosi negatif kecewa ketika kembali menyadari bahwa sesungguhnya tidak ada orang tua yang bersedia dititipi anak bergangguan oleh Yang Kuasa, terlebih ketika melihat sikap F yang mudah marah jika diberi nasihat. Subjek mengatasi perasaan kecewanya tersebut dengan menasihati F dan menyarankan kepada F untuk mengungkapkan kemarahannya dengan menyanyi saja. Hal tersebut termasuk dalam jenis koping *problem focused coping*.

Subjek juga merasakan emosi negatif sedih ketika F marah saat dinasihati. Kesedihannya diatasinya dengan berdoa

dan mencoba bersikap sabar, yang termasuk dalam *emotion-focused coping*. Hal lain yang juga dilakukannya adalah meminta saran kepada orang-orang terdekat tentang hal yang harus dilakukannya ketika menghadapi F serta memberi nasihat pada F agar menjadi anak yang sabar, yang termasuk dalam *problem focused coping*.

F seringkali marah jika subjek menasihatinya tanpa menyaring nasihat yang diberikan subjek itu baik atau buruk. Salah satu contohnya adalah ketika F justru membanting-banting pintu rumah ketika subjek menyarankan F untuk tidak main sepeda keluar rumah karena hari sedang mendung. Melihat respons F yang membanting-banting pintu rumah, subjek pun bereaksi marah dengan memelototi F dan mengancam F untuk pergi saja dari rumah. Emosi negatif yang dirasakan subjek ketika menghadapi kemarahan F adalah perasaan marah. Setelah keadaan agak tenang, subjek pun mengatasi perasaan marahnya dengan berbicara berdua dengan anak keduanya itu dan memberikan nasihat dengan lebih halus, yang tergolong dalam coping *problem-focused coping*.

Menurut subjek, F juga merupakan anak yang mudah marah dan tersinggung. Ketika kakaknya memberi nasihat, F seringkali marah sehingga anak sulung subjek kerap menyebut F dengan sebutan 'edan'. Mendengar hal itu, subjek pun memarahi anak sulungnya dan mengekspresikan emosi negatif marahnya secara verbal kepada kakak F. Subjek mengaku

mengatasi emosi negatif marah tersebut dengan *problem-focused coping*, yaitu memberi nasihat pada kakak F bahwa bagaimanapun kondisi F, anak sulungnya tidak boleh menyebut adiknya dengan sebutan seperti itu.

Subjek juga bertutur, bahwa anak pertamanya seringkali bercanda dengan F walaupun dengan cara memukul kepala F dan menyebut F 'kentir'. Subjek merasakan emosi negatif marah dengan anak sulungnya yang menyebut F dengan sebutan seperti yang dilontarkan oleh beberapa orang lain yang menghina F. Setelah itu, biasanya kedua anaknya akan bertengkar karena F merasa sakit sebab kepalanya dipukul, sedangkan kakaknya merasa hal tersebut hanyalah bahan bercanda. Mengatasi hal tersebut, subjek menggunakan *problem-focused coping*, dengan menasihati kedua anaknya.

Subjek juga bercerita pada peneliti jika F sangat menyukai mobil sejak kecil. Kesukaannya pada mobil tersebut membuat F selalu ingin membuka dan naik ke dalam mobil orang lain. Kondisi tersebut membuat subjek berteriak-teriak untuk memperingatkan dan mencegah F agar tidak bersikap seperti itu. Beberapa tetangga menyarankan agar subjek tidak perlu berteriak-teriak seperti itu karena justru mengakibatkan anak subjek bertambah sulit diberi tahu. Emosi negatif yang muncul ketika menghadapi situasi tersebut adalah emosi marah secara verbal dengan berteriak-teriak terhadap F. Subjek mengaku mengatasi emosi marah tersebut dengan *problem-*

focused coping, yaitu menasihati F agar tidak berbuat seperti itu lagi.

Masih berkaitan dengan kesukaan F terhadap mobil, hal lain yang juga membuat subjek merasakan emosi negatif marah adalah ulah F ketika SD yang berhasil naik ke dalam mobil seorang gurunya. Ketika itu gurunya lupa mencabut kunci mobil dan F pun berhasil masuk ke dalam mobil tersebut. Emosi negatif marah yang dirasakan oleh subjek diungkapkan dengan menendang F setelah F turun dari mobil tersebut. Selain emosi negatif marah berkaitan dengan kejadian tersebut, subjek juga merasakan emosi negatif cemas. Kecemasannya dikarenakan ketakutan bila terjadi hal yang tidak diinginkan dengan mobil gurunya karena ulah anaknya. Cara yang dilakukan oleh subjek untuk membuat F keluar dari mobil gurunya adalah dengan memasukkan tangan subjek melalui celah kaca mobil yang kebetulan sedikit terbuka, untuk mencabut kunci mobil. Setelah itu, subjek pun menyuruh F untuk keluar dari mobil. Hal itu merupakan jenis koping *problem-focused coping*.

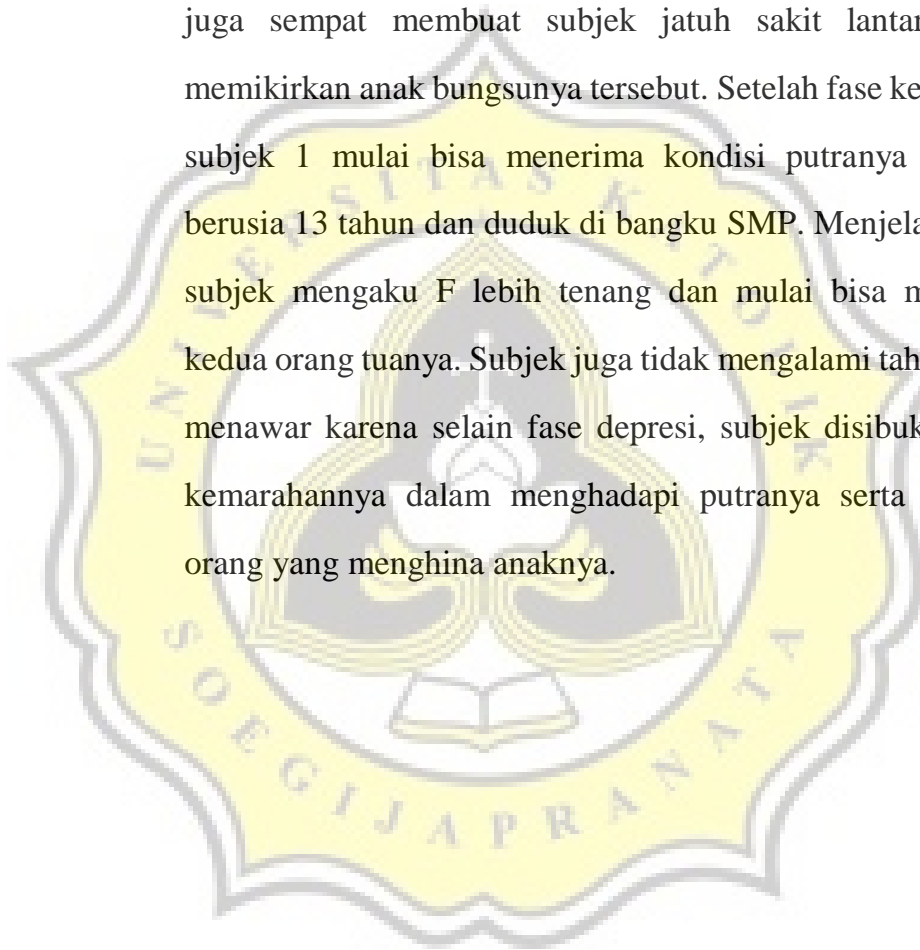
Subjek juga merasakan emosi negatif cemas terhadap F bila F tidak langsung pulang dan justru main ke rumah temannya sepulang sekolah. Subjek cemas bila ada sesuatu yang menimpa F karena anak keduanya itu berangkat dan pulang sekolah sendirian dengan angkot. Subjek pun mengatasi

hal itu dengan *problem-focused coping*, yaitu menasihati F supaya langsung pulang sepulang sekolah.

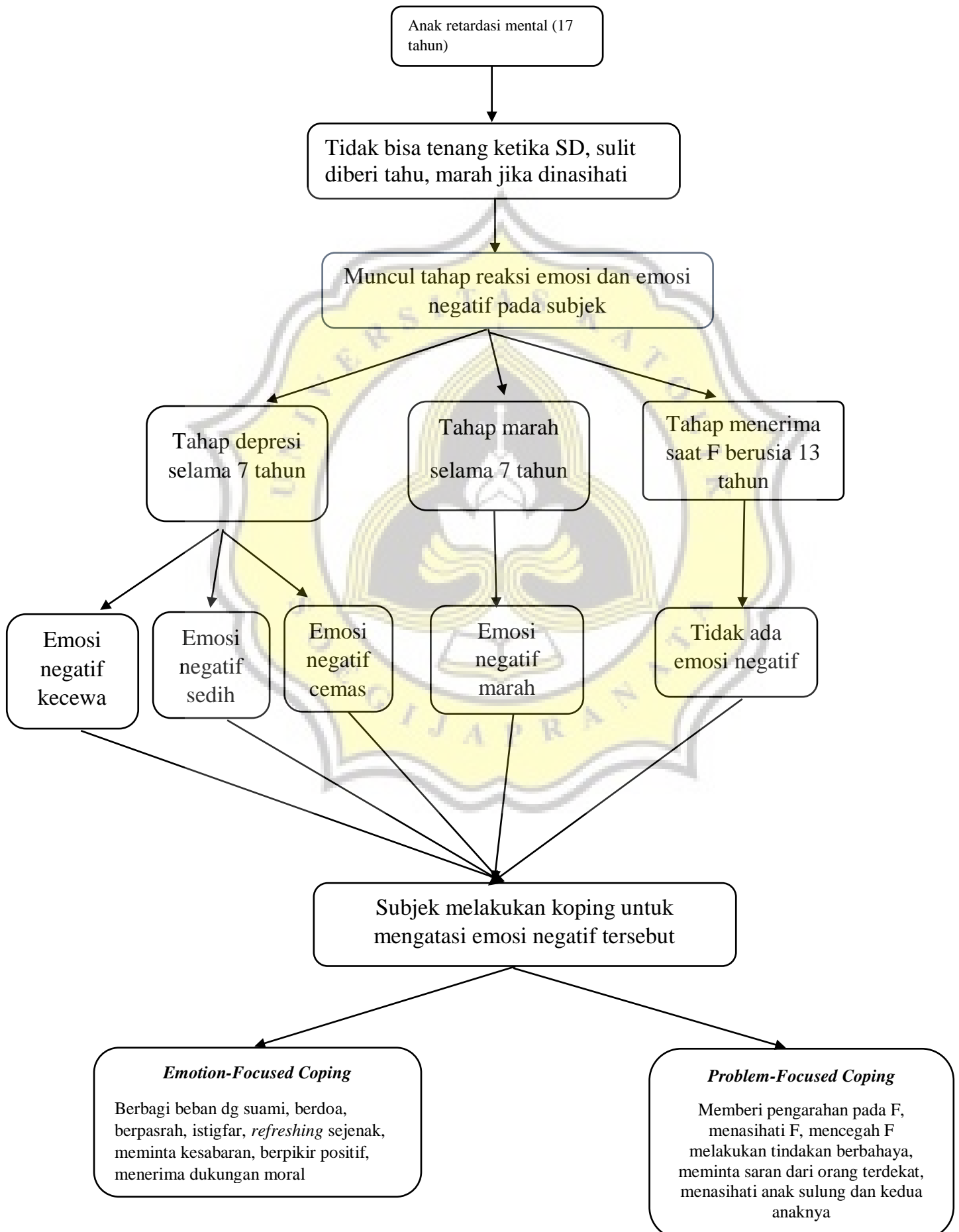
Selain memikirkan tentang masalah-masalah tersebut, hal lain yang mengganggu pikiran subjek adalah mengenai masa depan F. Subjek merasakan emosi negatif cemas ketika ia memikirkan apakah F bisa bekerja kelak ketika ia sudah dewasa. Mengatasi kecemasannya tersebut, subjek hanya bisa berdoa pada Allah. Hal yang dilakukan subjek ini merupakan jenis koping *emotion-focused coping*.

Berkaitan dengan emosi negatif dan koping pada ibu dengan anak retardasi mental, Kubler-Ross membagi tahap-tahap reaksi emosional seseorang ketika dalam kondisi berduka menjadi pengingkaran, kemarahan, tawar-menawar, depresi, dan penerimaan. Pada fase pengingkaran, subjek 1 tidak mengalami pengingkaran terkait dengan kondisi anaknya yang mengalami retardasi mental. Hal tersebut dikarenakan subjek langsung mengalami tahapan depresi. Dalam tahap depresi, subjek mengaku merasa kecewa ketika menyadari bahwa putranya berbeda dengan anak normal lainnya saat F berusia enam tahun. Di tahun yang sama, subjek juga merasakan kesedihan yang mendalam ketika pertama kali mengetahui bahwa anaknya harus bersekolah di SLB semenjak masuk ke jenjang Sekolah Dasar. Selain itu, muncul pula emosi negatif cemas terhadap masa depan anak ketika menyadari kondisi F yang merupakan penyandang retardasi mental. Setelah fase

depresi, subjek 1 mengalami fase kemarahan. Tahap ini dimulai semenjak putranya berusia enam tahun. Kemarahannya dikarenakan anaknya tidak bisa diam dan terus bergerak yang membuat subjek harus selalu mengawasi dan memantau putranya. Bahkan, beberapa perbuatan putranya juga sempat membuat subjek jatuh sakit lantaran terus memikirkan anak bungsunya tersebut. Setelah fase kemarahan, subjek 1 mulai bisa menerima kondisi putranya ketika F berusia 13 tahun dan duduk di bangku SMP. Menjelang SMP, subjek mengaku F lebih tenang dan mulai bisa membantu kedua orang tuanya. Subjek juga tidak mengalami tahap tawar-menawar karena selain fase depresi, subjek disibukkan oleh kemarahannya dalam menghadapi putranya serta beberapa orang yang menghina anaknya.



Skema 2 - Emosi Negatif dan Koping Subjek 1



2. Subjek 2

a. Identitas Subjek

Nama : KL

Alamat : Semarang

Usia : 47 tahun

Jumlah anak : 1

Pekerjaan : Wiraswasta

b. Hasil Observasi

Subjek 2 memiliki senyum yang manis, potongan rambut pendek menyentuh leher, dengan tubuh agak gempal dan tidak terlalu tinggi. Ia memiliki warna kulit berwarna sawo matang. Pakaian yang digunakan subjek rapi, yaitu baju berkerah dan celana panjang kain. Peneliti menemui subjek dengan baju batik berkerah dan celana panjang kain lagi pada pertemuan wawancara kedua. Pada wawancara ketiga, subjek mengenakan kaos berlengan berwarna hitam dan celana panjang kain. Ketika peneliti datang ke rumahnya untuk yang pertama kalinya, subjek sedang menjaga tokonya. Saat peneliti datang lagi ke rumah subjek untuk yang kedua kalinya, subjek terlihat baru saja pulang dari kegiatan posyandu yang diadakan di kompleks perumahannya. Kedatangan peneliti yang ketiga kalinya, peneliti mendapati subjek sedang berada di tokonya.

Subjek tinggal di sebuah rumah yang tidak terlalu besar bersama anak tunggalnya yang mengalami retardasi mental dan ibunya. Subjek memiliki rumah dan toko yang saling

berhadapan, dengan dibatasi oleh sebuah jalan gang yang sangat sempit. Tepat di depan rumah subjek, ada sebuah meja kayu dan dua buah kursi kayu yang diletakan di depan rumah. Selain itu, ada sebuah pohon mangga besar yang membuat kondisi halaman rumah menjadi asri. Peneliti dan subjek melakukan wawancara sambil duduk santai di kursi kayu tersebut. Selama proses wawancara, sesekali tetangga subjek lewat di depan rumah subjek yang merupakan jalan gang dan menyapa subjek. Beberapa tetangga subjek memiliki anak-anak dengan usia yang sama dengan anak subjek yang mengalami retardasi mental. Hubungan subjek dengan tetangganya terlihat cukup baik. Beberapa tetangga yang lewat di depan rumah subjek seringkali menyapa subjek.

Subjek cukup terbuka dengan pertanyaan-pertanyaan yang diajukan oleh peneliti. Ia memiliki nada bicara yang santai, pelan, dan tidak terkesan terburu-buru. Subjek menjawab semua pertanyaan dengan bercerita banyak hal pada peneliti, bahkan subjek sempat menangis ketika bertutur mengenai kondisi anaknya yang mengalami retardasi mental. Selain itu, subjek juga menangis saat bercerita tentang perceraianya dengan suaminya 12 tahun yang lalu.

Subjek cenderung mengecilkan nada suaranya ketika ia bercerita tentang anaknya yang mengalami retardasi mental dan perceraianya. Raut wajah subjek cukup ekspresif. Sesekali ia tersenyum saat membicarakan mengenai putranya

yang sudah bisa mengendarai motor dan keinginan putranya untuk belajar mengendarai mobil. Raut wajahnya berubah menjadi lebih sedih dan sesekali datar ketika membahas mengenai gangguan yang disandang oleh anak tunggalnya. Ia juga jarang menggunakan bahasa tubuh. Tangannya terlihat beberapa kali menghapus air mata yang mengalir ketika ia membicarakan tentang kondisi anak tunggalnya serta kehidupan rumah tangganya. Saat menangis, subjek selalu menatap ke depan, yaitu ke arah pohon mangga di depan rumah sambil tangannya menghapus air mata. Ketika ia mulai lancar bercerita kembali, subjek kembali menatap mata peneliti.

c. Hasil Wawancara

1. Latar Belakang Subjek

Subjek 2 tinggal di sebuah rumah sederhana di dalam gang kecil bersama anak tunggal dan ibunya. Subjek membuka sebuah toko kecil yang menjual berbagai kebutuhan rumah tangga seperti sabun, shampoo, pasta gigi, sikat gigi, buku tulis, peralatan sekolah, dan snack-snack ringan. Toko tersebut terletak tepat di seberang rumah subjek. Toko dan rumah subjek hanya dibatasi oleh sebuah gang kecil yang tidak terlalu ramai.

Rumah di samping rumah subjek merupakan rumah adik terakhir subjek. Subjek sendiri merupakan anak ketiga dari lima bersaudara. Ketiga saudara subjek yang lain, yaitu kedua kakak subjek serta satu orang adik subjek juga

mengalami retardasi mental dan ketiganya tinggal bersama adik terakhir subjek. Hanya subjek dan adik terakhirnya yang memiliki kondisi yang normal. Ibu subjek sendiri kini sudah berusia 77 tahun dan masih sehat, namun sering melupakan beberapa hal karena faktor usianya, misal lupa mematikan air setelah menghidupkannya, sudah tidak lagi ingat hari dan tanggal, berkata belum makan padahal sudah makan, atau ketika belum diberi uang namun berkata sudah diberi uang.

Kini di usianya yang keempat puluh tujuh tahun, subjek sudah menjanda selama kurang lebih 12 tahun. pernikahannya dengan suaminya kandas ketika anak subjek berusia tujuh tahun. Ketika pertama kali menikah, subjek tinggal bersama suaminya yang tak lain bekerja sebagai kontraktor di Kota Kendal. Suami subjek juga memiliki beberapa orang saudara yang mengalami retardasi mental, yaitu dua orang kakak perempuan dan satu orang kakak lelaki.

Setelah menikah, subjek sempat hamil dan mengalami keguguran sebanyak dua kali. Di usia 27 tahun, subjek hamil untuk yang ketiga kalinya dan berhasil melahirkan dengan selamat walau I adalah penyandang retardasi mental. Setelah berhasil memiliki satu anak yaitu I, subjek juga sempat dua kali lagi mengalami keguguran. Menurut penjelasan dokter, kandungan subjek lemah

sehingga sering mengalami keguguran. Ketika mengandung I pun, subjek tidak boleh bekerja dan harus banyak istirahat selama lima bulan pertama.

Setelah I berusia enam tahun dan subjek memutuskan untuk menyekolahkan I di SLB Hj. Soemiyati Semarang, subjek pun mengambil keputusan untuk pindah ke Semarang dan tinggal di rumah ibunya karena menurut subjek, jarak antara Kendal dan Semarang memakan waktu cukup lama. Suami subjek juga sempat tinggal di Semarang dan mereka tinggal bersama di rumah ibu subjek. Hal itu terjadi ketika I berusia enam tahun dan masuk ke SLB Hj. Soemiyati. Selama setahun sejak mereka pindah ke Semarang, hubungan subjek dengan suaminya mulai memanas. Suaminya tidak mau tinggal di Semarang karena pekerjaannya di Kendal akan membuatnya harus menempuh perjalanan cukup jauh jika mereka tinggal di Semarang, namun subjek bersikeras tinggal di Semarang demi pendidikan putra semata wayangnya karena di Kendal tidak ada Sekolah Luar Biasa. Menurut subjek, bila ia tetap tinggal di Kendal dan I bersekolah di Semarang, hal itu tentu menyulitkan subjek karena jarak Kendal dengan Semarang cukup jauh. Akhirnya, subjek dan suaminya resmi bercerai ketika I berusia tujuh tahun.

Setelah perceraian itu, suaminya memutuskan untuk menikah kembali dan menjalin rumah tangga yang baru di

Kendal, sedangkan subjek tetap tinggal di Semarang. Bersama keluarga barunya, suaminya dikaruniai dua orang anak dan kedua anaknya lahir dengan normal tanpa gangguan walaupun beberapa saudara suaminya juga merupakan penyandang retardasi mental. Menjelang I memasuki bangku SMP, suaminya mulai mencari subjek kembali. Awalnya subjek masih merasa sakit hati dengan suaminya, namun melihat niat baik suaminya, akhirnya subjek pun bersedia kembali menjalin tali silaturahmi dengan mantan suaminya demi I. Semuanya dilakukan demi anak mereka. Hingga sekarang, hubungan subjek dengan suaminya masih terjalin dengan baik.

2. Lingkungan Sosial Subjek

Subjek 2 tinggal di sebuah rumah sederhana di dalam sebuah gang kecil. Peneliti selalu mendapati pintu rumah subjek dibiarkan terbuka di pagi dan siang hari. Tepat di depan rumah subjek, ada sebuah meja dan dua buah kursi kayu sederhana yang merupakan tempat peneliti dan subjek melakukan proses wawancara. Selain itu, ada sebuah pohon mangga besar sehingga suasana terbilang cukup asri. Setelah pohon mangga tersebut, ada sebuah gang kecil yang biasanya dilalui oleh beberapa motor dan pejalan kaki yang tak lain adalah tetangga subjek sendiri. Hubungan subjek dengan para tetangga terlihat cukup baik. Beberapa tetangga yang lewat di depan rumah subjek seringkali

menyapa subjek ketika proses wawancara sedang berlangsung. Selain itu, subjek juga terlibat dalam kegiatan di kompleks rumahnya dengan sempat menjadi salah satu panitia dalam kegiatan posyandu.

Salah satu tetangga subjek adalah seorang pemilik rumah yang menyewakan rumahnya untuk kos-kosan. Selain itu, tetangga tepat di samping rumah subjek merupakan adik kandung subjek sendiri, yaitu adik terakhirnya. Hubungan subjek dengan adik terakhirnya cukup baik karena adik terakhirnya juga membantu di toko milik subjek. Adik terakhir subjek tersebut tinggal di samping rumah subjek bersama istri, anak semata wayang, dan ketiga saudaranya yang mengalami retardasi mental.

Selain itu, subjek juga bercerita bahwa hubungannya dengan mantan suaminya kini telah membaik. Subjek sendiri telah menjanda selama sekitar 12 tahun sejak anak tunggalnya berusia 7 tahun. Selama I duduk di bangku SD, mantan suaminya tidak pernah lagi mencarinya. Menjelang anaknya memasuki bangku SMP, mantan suami subjek kembali mencari subjek dan mulai bisa menempatkan diri seperti seorang teman bagi subjek dan anak subjek. Subjek memang sempat merasa sakit hati dengan mantan suaminya, namun melihat niat baik suaminya untuk menjalin kembali tali silaturahmi mereka, subjek pun berlapang dada untuk bersikap baik juga. Kini, hubungan

mereka membaik dan menurut penuturan subjek, mereka sudah bisa makan dan berbelanja bersama kembali walau mantan suaminya telah menikah lagi. Hubungan subjek dengan keluarga suaminya dan saudara-saudara suaminya juga baik.

3. Kondisi Anak Subjek yang Mengalami Retardasi Mental

Subjek 2 menikah di usia 23 tahun, lalu sempat mengalami keguguran sebanyak dua kali sebelum akhirnya berhasil melahirkan anak ketiga dengan selamat walaupun merupakan penyandang retardasi mental. Setelah I lahir, subjek mengalami keguguran kembali sebanyak dua kali. I sendiri lahir ketika subjek berusia 27 tahun. Subjek mulai menyadari ada sesuatu yang berbeda dengan anak tunggalnya ketika I berusia satu tahun. Di usianya yang pertama, I belum juga bisa berjalan dan berbicara padahal teman-teman seusianya sudah bisa berjalan dan berbicara. Memasuki tahun kedua, tidak ada yang berubah dengan kondisi I sehingga subjek pun membawa I ke Klinik Tumbuh Kembang di Rumah Sakit Kariadi Semarang. Di sana, I mendapatkan terapi wicara selama beberapa tahun, mulai usia dua hingga lima tahun. Subjek bercerita pada peneliti bahwa I baru bisa berjalan di usia 16 bulan dan baru bisa berbicara dengan agak jelas menginjak usia tujuh tahun. Hingga sekarang, cara bicara I tidak sejelas anak-anak normal lainnya.

Selain fakta tentang perkembangan I yang lambat dan ia harus mengikuti terapi wicara selama beberapa tahun, di bangku TK pun I tidak bisa mengikuti perkembangan akademis dengan baik. Ketika anak-anak seusianya di Taman Kanak-Kanak sudah mulai mampu berhitung angka satu hingga sepuluh dan mengenal huruf-huruf, I belum juga bisa. Hal tersebut akhirnya membuat subjek mendaftarkan I untuk sekolah di Sekolah Luar Biasa. Kondisi I yang demikian juga disebabkan oleh faktor genetik. Ketiga saudara subjek dan ketiga saudara suami subjek juga mengalami hal serupa, yaitu merupakan penyandang retardasi mental. Respons suami ketika mengetahui kondisi I adalah menerima kondisi putranya. Subjek dan suaminya sepakat untuk melakukan terapi di Klinik Tumbuh Kembang Rumah Sakit Kariadi ketika I berusia dua hingga lima tahun.

Menjelang usia lima tahun, subjek pun memasukan I ke Taman Kanak-Kanak. Namun karena I tidak bisa mengikuti pendidikan di TK dengan baik seperti layaknya anak-anak normal lainnya, di usia enam tahun I pun berhenti bersekolah di TK tanpa menyelesaikan pendidikan TK-nya. Setengah bulan setelah itu, sembari menunggu tahun ajaran baru, I mendaftarkan dan resmi menjadi siswa SLB Hj. Soemiyati Semarang. Subjek pun akhirnya pindah

ke Semarang karena di Kendal, tempat tinggal suaminya, tidak ada Sekolah Luar Biasa untuk pendidikan I.

I merupakan anak yang sulit bergaul dengan teman-temannya. Ia lebih sering ikut bersama ibunya daripada bermain bersama teman-temannya. Selain itu, I juga jarang bermain bersama anak-anak sebaya di kompleks perumahannya. Baru ketika duduk di bangku SMP, I mulai mampu bergaul dengan teman-temannya dan tidak lagi ikut subjek ke mana subjek pergi seperti halnya ketika ia duduk di bangku SD dulu. Kebanyakan teman bermain I adalah teman-teman sekolahnya di SLB Hj. Soemiyati Semarang.

I juga merupakan seorang anak yang agresif. Ketika keinginannya tidak terpenuhi, I sering mengekspresikan kemarahannya dengan melempar-lempar barang. Puncaknya, ketika kelas dua SMA, I menyiram tempat tidur subjek dengan air. Ketika I marah, subjek lebih banyak bersabar dan tidak membalas kemarahan I. Subjek baru bisa memberi masukan kepada anaknya setelah I tenang dan kemarahannya reda.

Tahun ini I genap berusia 19 tahun namun ia belum juga bisa membaca dengan lancar. Menurut pengakuan subjek, I belum hafal semua huruf dan hanya hafal huruf-huruf hidup saja. Selain itu, I juga belum bisa berhitung dengan baik. Namun begitu, I sudah sering berpergian sendiri dengan motor. Ia mulai belajar mengendarai motor

ketika memasuki kelas 1 SMA dengan bantuan seorang teman subjek yang mengajari I mengendarai motor. Tak butuh waktu lama, I langsung bisa mengendarai motor kopling milik teman subjek tersebut dengan sekali belajar. Setelah itu, I langsung minta dibelikan sepeda motor kepada subjek. Subjek pun berdiskusi dengan suaminya dan suaminya mengirimkan sebuah motor Mio dengan kondisi yang masih baru karena jarang digunakan dari Kendal untuk I.

I pun mulai memiliki motor matic yang lalu digunakannya untuk berpergian ke sekolah dan bermain bersama teman-temannya. Beberapa guru sempat memberi saran kepada subjek agar tidak membiarkan I untuk mengendarai motor dulu. Namun mengingat sikap keras kepala I dan I sering marah-marah jika keinginannya dihalangi, subjek pun akhirnya memberi kepercayaan pada I untuk mengendarai motor sendiri. Setelah setengah tahun menggunakan motor Mio, beberapa teman I meledek bahwa Mio merupakan motor untuk para wanita, I pun mulai meminta dibelikan motor kopling. Setelah berdiskusi dengan suaminya, subjek dan suaminya pun membelikan motor Supra untuk I.

I kerap kali berpergian seorang diri dengan motor. Namun karena I belum bisa berhitung dengan baik, subjek pun memberi uang kepada I secukupnya saja dan

nominalnya bukan jumlah pecahan kecil-kecil. Misalnya saja, subjek memberi uang dengan nominal lima ribu, sepuluh ribu, atau dua puluh ribu. I memang hafal nominal-nominal uang, namun ia belum bisa menghitung uang kembalian dengan baik.

I juga merupakan seorang anak yang mudah tersinggung. Ketika seorang temannya meragukan I akan mendapatkan pekerjaan karena ia belum bisa berhitung, I merasa tersinggung. Dia mulai semangat mencari pekerjaan walaupun memiliki beberapa kekurangan, yaitu IQ yang rendah dan cara bicara yang tidak jelas. I mengekspresikan rasa tersinggungnya dengan membuktikan pada temannya bahwa walaupun ia tidak lancar berhitung, namun pada kenyataannya sekarang ia bisa bekerja.

I sempat ingin bekerja berjualan bakso, maka subjek pun menitipkan I pada seorang teman subjek yang berjualan bakso. Di sana, I membantu teman subjek tersebut berjualan bakso, salah satunya dengan mencuci piring. Tak berapa lama, I pun bosan dengan hal itu dan mulai ingin mencoba pekerjaan lain, yaitu sebagai tukang parkir dan membantu di bengkel tambal ban yang tak lain adalah milik teman subjek sendiri. Subjek pun kembali menitipkan I pada seorang pemilik restoran agar I diperbolehkan menjadi tukang parkir di restoran tersebut. Selain itu, subjek juga menitipkan I pada tukang parkir di restoran tersebut agar

mengawasi I supaya tidak terkena pengaruh buruk orang lain di jalanan. Sedangkan untuk pekerjaan tambal ban, subjek menitipkan I pada seorang teman subjek yang memang pemilik bengkel tambal ban agar I diizinkan membantu di tempat tersebut. Bagi subjek, pemilik bengkel tambal ban tersebut tidak perlu memberi upah untuk I karena subjek hanya ingin putranya memiliki kegiatan, serta agar I lebih kreatif dan memperoleh pengalaman kerja. Sekarang, I sedang fokus di dua pekerjaan tersebut, yaitu tukang parkir dan membantu-bantu di bengkel tambal ban.

d. **Dinamika Emosi Negatif dan Koping pada Ibu yang Memiliki Anak Retardasi Mental**

Subjek 2 menyadari bahwa ada sesuatu yang berbeda dengan putranya dibandingkan dengan anak-anak seusianya ketika I genap berusia setahun. Ketika teman-teman seusianya sudah bisa berbicara dan berjalan, I belum juga mampu. Menginjak usia dua tahun, subjek pun membawa I ke Klinik Tumbuh Kembang di Rumah Sakit Kariadi Semarang. Di sana, I melakukan terapi wicara dari usia dua tahun hingga lima tahun. I sendiri mulai bisa berjalan di usia 16 bulan dan baru bisa berbicara dengan agak jelas di usia tujuh tahun. Hingga saat ini, cara bicara I belum sejelas anak-anak normal pada umumnya walaupun ia telah menginjak usia kesembilan belas.

Subjek pernah merasakan emosi negatif iri karena sempat tersirat dalam dirinya untuk memiliki keinginan

mempunyai anak normal seperti layaknya orang lain pada umumnya. Namun begitu, subjek tetap berusaha mensyukuri semua hal yang telah dianugerahkan Allah untuknya karena ia percaya bahwa titipan Allah untuk setiap umat-Nya berbeda-beda. Subjek mengatasi emosi negatif iri tersebut dengan *emotion-focused coping*, yaitu dengan semangat bekerja untuk memenuhi kebutuhan I dengan baik. Selain itu, subjek juga merasakan emosi negatif kecewa dengan berkata kalau sebenarnya tidak ada orang tua yang ingin dianugerahi seorang anak bergangguan oleh Allah. Namun begitu, subjek selalu berusaha bersyukur dengan anugerah yang diberikan oleh Sang Kuasa, apapun kondisinya. Subjek mengatasi perasaan kecewanya dengan mencoba berpikir positif bahwa lebih banyak anak-anak dengan gangguan-gangguan lain yang memiliki keadaan lebih parah daripada kondisi I. Hal ini termasuk dalam jenis coping *emotion-focused coping*.

Selama empat tahun ketika I melakukan terapi di Klinik Tumbuh Kembang Rumah Sakit Kariadi Semarang mulai usia dua hingga lima tahun, subjek sempat merasakan emosi negatif sedih karena harus menempuh perjalanan yang cukup jauh dari Kendal menuju Semarang. Hal itu dilakukan subjek dua kali setiap minggu. Ketika itu, subjek dan suaminya memang menetap di Kendal sehingga membuat ia harus menempuh perjalanan yang cukup jauh untuk mendapatkan terapi bagi putranya. Subjek mengatasi emosi negatif sedih tersebut

dengan pindah ke Semarang. I pun menjalani pendidikan SD-nya di Sekolah Luar Biasa di Kota Semarang. Hal ini termasuk dalam jenis koping *problem-focused coping*.

Sebelumnya, I memang sempat menempuh pendidikan Taman Kanak-Kanak di Kota Kendal. Namun di sana I tidak dapat mengikuti pelajaran dengan baik. Ketika teman-temannya mulai mampu mengenal angka satu hingga sepuluh, I belum juga bisa. Saat teman-teman sebayanya sudah belajar tentang huruf, I belum juga mampu. Akhirnya, I tidak menamatkan pendidikan TK-nya di Kendal karena ia hanya bersekolah di Taman Kanak-Kanak selama setahun. Selebihnya, subjek segera mencari sekolah yang tepat untuk I. Subjek memutuskan untuk menyekolahkan I di SLB Hj. Soemiyati Semarang. Namun mengingat jarak Semarang dan Kendal tidak dekat, subjek pun mengambil keputusan untuk pindah ke Kota Semarang demi pendidikan anaknya. Suami subjek juga sempat tinggal bersama subjek di Kota Semarang, dan mereka sekeluarga tinggal di rumah ibu subjek. Namun suaminya tidak betah karena harus menempuh perjalanan jauh setiap hari dari Semarang ke Kendal untuk urusan pekerjaannya, akhirnya hubungan subjek dan suaminya retak sehingga mereka akhirnya memutuskan untuk bercerai.

Di usianya yang keempat puluh tujuh tahun, subjek sudah menjadi seorang janda selama kurang lebih 12 tahun sejak perceraianya dengan suaminya ketika I berusia tujuh

tahun. Kini subjek tinggal di rumah ibunya bersama ibu dan anak tunggalnya yang mengalami retardasi mental. Kondisi ibu subjek sendiri sudah sering melupakan banyak hal karena faktor usianya yang semakin tua, yaitu tujuh puluh tujuh tahun. Subjek berkata bahwa kini dialah yang harus menopang semuanya karena ibunya sudah tua dan sudah sering melupakan banyak hal. Hal tersebut menyebabkan subjek tidak memiliki teman berbagi beban sehingga ia bertutur bahwa beban kehidupannya hanya dibaginya dengan Sang Pencipta. Subjek mengaku tidak mau berbagi beban dengan orang lain karena merasakan emosi negatif cemas sebab dia menyadari selalu ada pro dan kontra dalam kehidupan ini. Subjek mengatasi perasaan cemasnya dengan berdoa pada Allah dan hanya berbagi tentang masalah kehidupannya dengan Sang Pemilik Kehidupan, yang termasuk dalam jenis koping *emotion-focused coping*.

Menyadari kehidupannya kini yang tidak mudah, yaitu menjadi seorang janda sekaligus orang tua tunggal untuk anak semata wayangnya yang mengalami retardasi mental, serta harus membimbing dan menjaga ibu beserta ketiga saudara subjek yang juga merupakan penyandang retardasi mental, membuat subjek merasakan emosi negatif sedih karena hal-hal tersebut. Emosi negatif sedih tersebut diatasi subjek dengan berdoa pada Allah, yang merupakan *emotion-focused coping*.

Setelah mengarungi kehidupan sebagai orang tua tunggal sekaligus janda, subjek mengaku belum menikah lagi karena dilingkupi emosi negatif cemas berkaitan dengan kondisi I dan keharusan bagi dirinya untuk menjaga serta membimbing ketiga saudaranya yang juga mengalami retardasi mental. Selain itu, subjek juga masih harus merawat ibunya yang sudah tua. Hal tersebut membuat emosi negatif cemas bersarang dalam diri subjek jika ia memikirkan tentang pernikahan kembali. Oleh karena itu, sampai hari ini subjek belum juga menikah kembali. Mengatasi perasaan cemasnya tersebut, subjek pun hanya bisa berdoa pada Allah, sebagai bentuk dari *emotion-focused coping*.

Hal lain yang membuat subjek merasakan emosi negatif terkait dengan kondisi putra tunggalnya adalah ketika I yang memang berwatak keras itu marah ketika keinginannya tidak terpenuhi. I pernah berulah dengan menyiram tempat tidur subjek dengan air atau melempar-lempar barang ketika keinginannya tidak terkabul. Kenyataan tersebut membuat subjek merasakan emosi negatif cemas ketika melihat I mulai marah karena dihindangi perasaan takut bila I berulah. Emosi negatif cemas tersebut diatasi subjek dengan *emotion-focused coping*, yaitu berdoa pada Allah agar I diberi kenalaran dan hati yang sabar, dan meminta kesabaran untuk dirinya sendiri dalam menghadapi putranya. Subjek juga menggunakan jenis

koping *problem-focused coping*, yaitu memberi masukan kepada I setelah I tenang.

Tahun ini, I genap berusia sembilan belas tahun dan telah menyelesaikan Ujian Nasional tingkat SMA. Namun begitu, I belum bisa membaca dengan lancar dan berhitung dengan baik. Sampai hari ini, I belum hafal semua huruf dan hanya hafal huruf-huruf hidup saja. I juga belum mampu berhitung dengan baik. Tentang uang, I memang hafal nominal-nominal uang, namun belum bisa menghitung uang kembalian dengan baik. Walaupun begitu, I sudah sering berpergian seorang diri dengan mengendarai motor. Subjek mengaku memberi I uang secukupnya saja dan nominalnya bukan jumlah pecahan kecil-kecil. Misalnya saja, nominal lima ribu, sepuluh ribu, atau dua puluh ribu.

Akibat kemampuan berhitungnya yang buruk, beberapa teman sekolah I mengejek I akan sulit mendapatkan pekerjaan karena ia belum bisa berhitung dengan baik. Mendengar itu, I pun tersinggung dan membalas ejekan tersebut dengan menegaskan bahwa pada kenyataannya ia tetap bisa bekerja walaupun hanya sebagai tukang parkir dan membantu-bantu pemilik tambal ban.

I memang sudah mencoba bekerja sebagai tukang parkir dan membantu-bantu pemilik tambal ban. Hal itu menimbulkan emosi negatif cemas dalam diri subjek dikarenakan ketakutan bila I mendapat pengaruh buruk dari

luar ketika bekerja, salah satunya adalah pengaruh penggunaan narkoba. Subjek pun mengatasi emosi negatifnya dengan *emotion-focused coping*, yaitu berdoa pada Allah agar I diberi perlindungan. Selain *emotion-focused coping*, subjek juga menggunakan jenis coping *problem-focused coping*, yaitu dengan menitipkan I pada orang di tempat kerjanya untuk mengawasi I agar tidak terkena pengaruh buruk dari luar dan menasihati I agar ia tahu waktu, yaitu waktu untuk mandi, makan, dan pulang.

Ketika duduk di kelas satu SMA, seorang teman subjek pernah berkata pada I bahwa ia seharusnya bisa mengendarai motor karena usianya telah dewasa. Hal tersebut kemudian membuat I belajar mengendarai motor dengan bimbingan teman subjek tersebut. Kala itu, motor teman subjek yang digunakan untuk I latihan adalah motor kopling. Tak sulit untuk mengajari I mengendarai motor karena cukup latihan sekali saja I langsung bisa mengendarai motor. Setelahnya, I mulai meminta dibelikan motor oleh subjek. Subjek pun berdiskusi dengan suaminya dan suaminya mengirimkan sebuah motor Mio yang kondisinya masih baru karena jarang digunakan di Kendal. Motor tersebut dikirim ke Semarang untuk digunakan oleh I. Hanya setengah tahun I menggunakan motor tersebut karena teman-teman I meledeknya bahwa Mio merupakan motor untuk para wanita. Setengah tahun setelah pertama kali ia menggunakan motor tersebut, I pun meminta

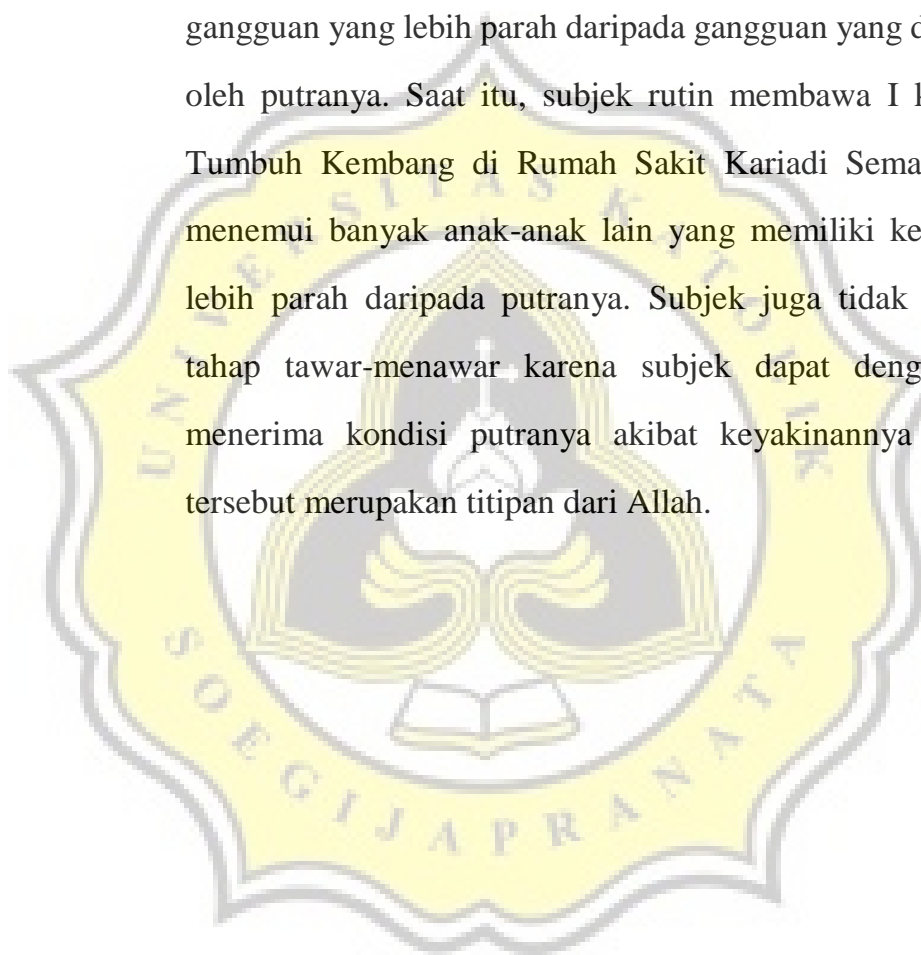
dibeli motor baru dengan model kopling. Melalui diskusi bersama suaminya, akhirnya subjek dan suaminya pun membeli I sebuah motor Supra yang digunakannya sampai hari ini.

Beberapa guru sempat memberi masukan kepada subjek agar tidak membiarkan I mengendarai motor dulu. Namun I merupakan anak yang berwatak keras sehingga keinginannya yang besar untuk mengendarai motor sendiri sulit dihalangi. Emosi negatif yang muncul dalam diri subjek berkaitan dengan hal itu adalah perasaan cemas bila I menabrak sesuatu atau mengalami kecelakaan di jalan raya. Subjek mengatasi perasaan cemasnya dengan *problem-focused coping*, yaitu menasihati I agar ia berhati-hati ketika mengendarai motor serta supaya tidak ngebut di jalan raya. Selain *problem-focused coping*, subjek juga mengatasi perasaan cemasnya dengan *emotion-focused coping*, yaitu berdoa pada Allah dan memohon keselamatan serta perlindungan untuk I.

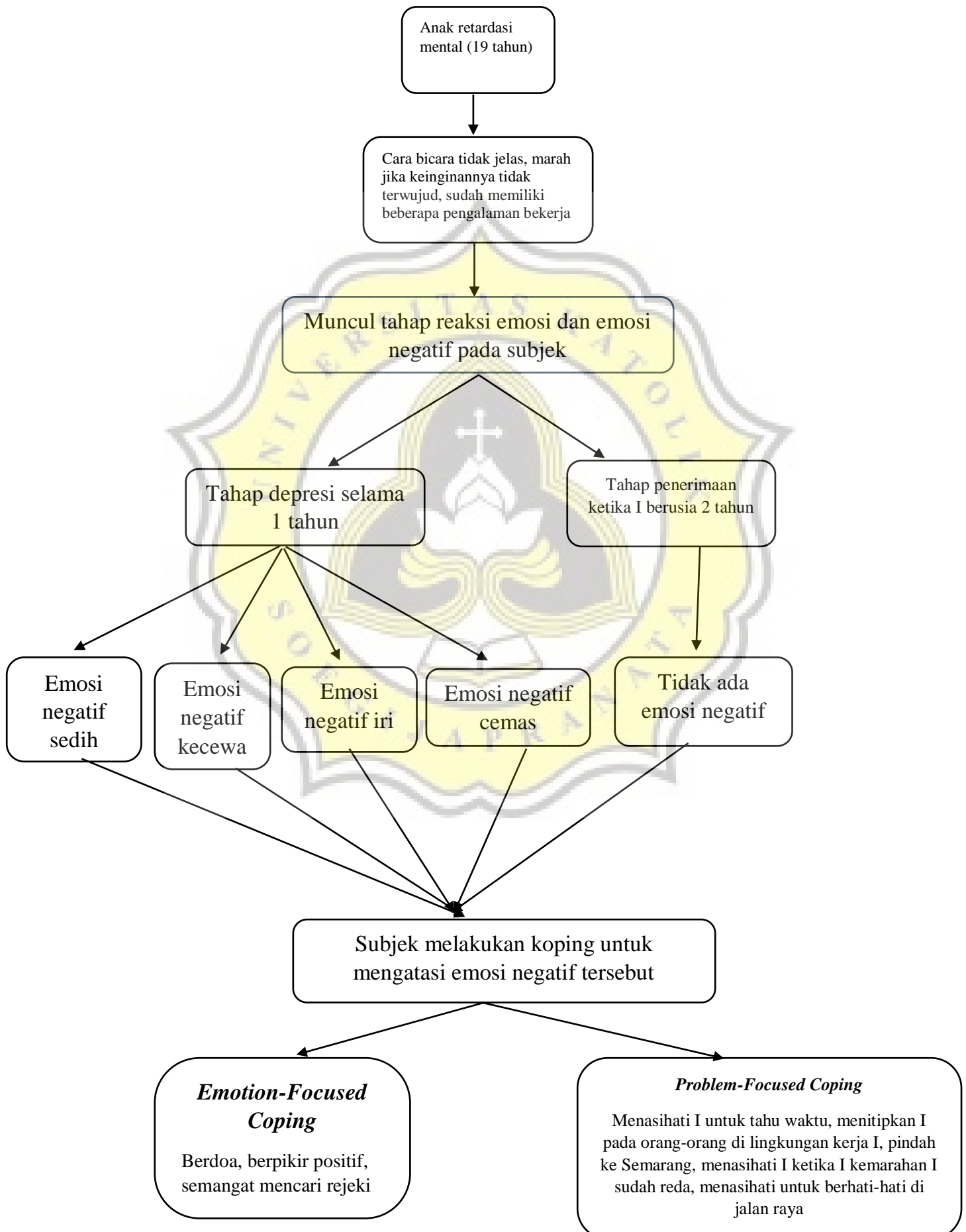
Berkaitan dengan emosi negatif dan coping pada ibu dengan anak retardasi mental, Kubler-Ross membagi tahap-tahap reaksi emosional seseorang ketika dalam kondisi berduka menjadi pengingkaran, kemarahan, tawar-menawar, depresi, dan penerimaan. Subjek 2 tidak mengalami tahap pengingkaran ketika menyadari anaknya mengalami gangguan retardasi mental. Fase pertama yang dialami oleh subjek 2 adalah depresi, berupa perasaan sedih yang mendalam ketika

mengetahui putra semata wayangnya berbeda dengan anak-anak lain pada umumnya. Menjelang usia satu tahun, subjek merasakan perasaan sedih saat menyadari putranya tak juga bisa berjalan dan berbicara padahal anak-anak seusianya sudah mampu. Di tahun yang sama, subjek juga berdinamika dengan emosi negatif kecewa terhadap kondisi putranya yang berbeda dengan anak normal lainnya. Subjek menuturkan bahwa sesungguhnya tidak ada orang tua yang mau dititipi anak bergangguan oleh Allah. Emosi negatif iri juga memenuhi diri subjek karena sempat terbersit untuk memiliki anak yang normal ketika I tidak juga bisa berjalan di usia satu tahun. Kecemasan sendiri muncul dalam diri subjek saat ia memberi izin pada putranya untuk mengendarai motor seorang diri ketika I berusia 16 tahun. Rasa cemasnya terkait dengan ketakutan subjek bila putranya mengalami kecelakaan atau hal buruk di jalan raya. Subjek juga tidak mengalami tahap kemarahan karena dia sadar bahwa gangguan yang melekat dalam diri putranya merupakan anugerah dari Sang Kuasa. Selain itu, fase kemarahan tidak muncul karena I merupakan anak yang agresif dan mudah marah ketika keinginannya tidak terpenuhi. Tak jarang, I melempar-lempar barang, bahkan pernah menyiram tempat tidur subjek dengan air. Mengingat perilaku agresif I, subjek sadar bahwa ia tidak bisa membalas kemarahan I karena hal tersebut akan membuat putranya semakin berulah. Hal yang bisa ia lakukan adalah menunggu

hingga kemarahan I reda, barulah subjek memberi nasihat kepada putranya. Subjek 2 tidak membutuhkan waktu yang lama untuk bisa menerima kondisi putranya. Ia bisa menerima kondisi putranya ketika I berusia 2 tahun saat subjek mulai menyadari bahwa masih banyak anak-anak lain dengan gangguan yang lebih parah daripada gangguan yang disandang oleh putranya. Saat itu, subjek rutin membawa I ke Klinik Tumbuh Kembang di Rumah Sakit Kariadi Semarang dan menemui banyak anak-anak lain yang memiliki kekurangan lebih parah daripada putranya. Subjek juga tidak melewati tahap tawar-menawar karena subjek dapat dengan cepat menerima kondisi putranya akibat keyakinannya bila hal tersebut merupakan titipan dari Allah.



Skema 3 - Emosi Negatif dan Koping Subjek 2



3. Subjek 3

a. Identitas Subjek

Nama : I

Alamat : Semarang

Usia : 36 tahun

Jumlah anak : 3

Pekerjaan : Ibu rumah tangga

b. Hasil Observasi

Subjek 3 memiliki tubuh yang sangat kurus dan pendek, potongan rambut pendek menyentuh leher, dengan warna kulit tubuh yang gelap berwarna sawo matang. Ia memiliki wajah yang tirus. Ketika peneliti datang ke rumahnya untuk melakukan wawancara, subjek 3 mengenakan pakaian santai, yaitu kaos oblong dan celana jins pendek serta sedang menonton televisi bersama anak ketiganya yang sudah memasuki bangku TK. Kedatangan peneliti yang kedua, subjek juga mengenakan kaos oblong dan celana pendek selutut serta sedang menonton televisi dengan anak bungsunya. Peneliti kembali mendapati subjek sedang menonton televisi bersama anak bungsunya pada kedatangan peneliti yang ketiga dengan kaos oblong dan celanan pendek kain.

Subjek tinggal di sebuah rumah yang terletak di atas jalan tol bersama suami dan ketiga anaknya. Suami subjek bertubuh kurus dan berkulit gelap. Peneliti sempat bertemu dengan suami subjek ketika sedang melakukan wawancara di siang

hari. Beliau sempat menyapa peneliti dengan anggukan kepala serta membalas uluran tangan peneliti untuk berkenalan.

Rumah subjek terletak di sebuah gang kecil yang berhimpitan dengan rumah-rumah tetangganya. Kondisi luar rumah subjek dipenuhi oleh beberapa gantungan baju berisi baju-baju yang sedang dijemur di siang hari dengan tali-tali yang saling dikaitkan pada tiang listrik dan batang pohon. Selain itu, kondisi jalanan di depan rumah subjek juga masih berupa bebatuan dan bukan jalan yang sudah diaspal. Rumah subjek sendiri terlihat kecil dan sangat sederhana. Ada sebuah pintu kayu sederhana yang selalu menimbulkan bunyi decitan cukup keras ketika didorong. Tepat setelah pintu dibuka, terdapat sebuah ruang tamu kecil dengan beberapa sofa yang kulitnya sudah mengelupas serta sebuah meja kaca sederhana dan sebuah lemari plastik. Dinding-dinding ruang tamu dipenuhi oleh beberapa foto anak-anak subjek dan sebuah foto keluarga. Ruang tamu rumah subjek dibatasi oleh sebuah kayu tipis dan gordien yang selanjutnya adalah ruang keluarga di mana ada sebuah televisi.

Hubungan subjek dengan para tetangganya terlihat sangat hangat. Ketika peneliti dan subjek melakukan wawancara di ruang tamu dan pintu rumah ditutup, seorang tetangga mengetuk pintu rumah dan menanyakan apakah anak subjek sudah siap untuk sekolah. Subjek pun mengantar

anaknyanya keluar rumah untuk berangkat sekolah bersama anak saudaranya itu.

Peneliti dan subjek melakukan wawancara di ruang tamu rumah subjek dengan kondisi pintu rumah tertutup. Subjek tidak menghidupkan lampu selama proses wawancara dan penerangan di ruang tamu tersebut cukup gelap karena hanya sedikit sinar matahari yang berhasil masuk ke dalam ruang tamu dengan kondisi pintu tertutup. Subjek terlihat cukup terbuka dengan pertanyaan-pertanyaan yang diajukan oleh peneliti. Subjek menjawab pertanyaan peneliti dengan santai dan tidak terkesan terburu-buru. Subjek menjawab semua pertanyaan dengan kalimat-kalimat yang panjang dan banyak bercerita pada peneliti pada pertemuan pertama. Bahkan, ia menangis ketika menceritakan semua itu kepada peneliti. Subjek memiliki nada suara yang tidak terlalu keras serta jarang menggunakan bahasa tubuh ketika berbicara. Raut wajahnya juga tidak terlalu ekspresif. Sesekali saja, raut wajahnya terlihat cukup sedih ketika beliau membahas tentang kondisi anak sulungnya. Beberapa kali tangan subjek terlihat menghapus air matanya ketika menetas saat ia bercerita tentang kondisi anak sulungnya.

c. Hasil Wawancara

1. Latar Belakang Subjek

Subjek 3 tinggal di sebuah rumah sederhana di atas jalan tol bersama suami dan ketiga anaknya. Pintu

rumahnya selalu dibiarkan terbuka di siang hari karena beberapa tetangga subjek merupakan saudaranya sendiri. Memasuki pintu utama yang terbuat dari kayu dan selalu berdecit jika didorong, ada sebuah ruang tamu berukuran sangat kecil dan sederhana. Beberapa foto anak-anak subjek dan sebuah foto keluarga melekat di dinding rumah yang dilapisi batu bata. Lantai rumah subjek sendiri masih beralaskan semen dan belum dilapisi keramik. Selain foto-foto tersebut, ruang tamu rumah subjek diisi oleh tiga buah sofa yang sudah mengelupas kulitnya dan sebuah meja kaca sederhana. Ada juga sebuah lemari bersusun yang terbuat dari bahan dasar plastik diletakkan di samping sofa. Setelahnya, ada sebuah kayu tipis dan gordena berwarna putih kusam yang membatasi ruang tamu dengan ruang dalam rumah subjek.

Subjek sendiri berusia 36 tahun dan sudah tidak bekerja. Kini, pekerjaannya hanya menjaga seorang keponakannya yang masih balita karena ibu dari anak tersebut yang tak lain adalah saudara suami subjek bekerja di luar rumah. Dulunya, subjek bekerja sebagai pembantu di rumah orang. Empat tahun yang lalu subjek berhenti dari pekerjaannya itu karena penyakit diabetes yang sudah dideritanya sejak tujuh tahun yang lalu semakin membuat kesehatannya menurun. Beberapa hal yang dikeluhkannya adalah kaki yang terasa nyeri dan pegal-pegal, badan

mudah lemas, sering buang air kecil, dan luka yang sulit sembuh. Kondisi kaki subjek sendiri dipenuhi oleh bekas luka yang beberapa terlihat sudah mengering.

Hubungan subjek dengan suaminya terjalin dengan baik. Mereka sering berbagi beban, terutama tentang kondisi putrinya yang mengalami retardasi mental dan berusaha bersama mencari solusi terbaik untuk anak pertama mereka. Suami subjek sendiri bekerja sebagai *cleaning service* di sebuah gedung perkantoran di Kota Semarang.

Subjek menikah di usia delapan belas tahun, lalu hamil pada tahun yang sama. Namun kehamilan pertamanya tersebut mengalami keguguran di usia kandungan keempat bulan. Menurut penjelasan dokter, kandungan subjek memang lemah. Di usia yang kesembilan belas, subjek kembali hamil. Di usia kandungan kelima bulan, subjek sempat jatuh ketika naik ojek karena sopir ojek menghindari sesuatu di jalan raya. Tepat di usia kandungan yang kesembilan bulan, janin di dalam rahim subjek meninggal, namun berhasil dilahirkan walau dalam kondisi sudah tidak bernyawa di dalam kandungan. Setahun setelah itu, subjek pun hamil untuk yang ketiga kalinya. Semuanya berjalan baik-baik saja sampai usia kandungan subjek menginjak bulan ketujuh. Di bulan ketujuh, subjek melahirkan IN dengan prematur di Rumah Sakit Kariadi

Semarang. Menurut penuturan subjek, IN lahir tanpa diagnosis gangguan apapun.

2. Lingkungan Sosial Subjek

Subjek 3 tinggal di sebuah kompleks sederhana di atas jalan tol bersama suami dan ketiga anaknya. Beberapa rumah di samping rumah subjek dihuni oleh para tetangga yang kebanyakan merupakan saudara subjek sendiri. Rumah tepat di sebelah rumah subjek ditinggali oleh mertua subjek yang sudah tua namun terlihat masih sehat bersama salah satu adik suaminya. Beberapa rumah di samping rumah mertua subjek juga merupakan rumah saudara-saudara subjek sendiri, tepatnya saudara suaminya. Hubungan subjek dengan para tetangganya terbilang baik. Subjek sendiri kini hanya bekerja menjaga anak balita saudara iparnya yang bekerja di luar rumah.

Subjek tidak pernah mengantarkan dan menjemput anak ketiganya yang masih duduk di bangku Taman Kanak-Kanak untuk berangkat dan pulang sekolah. Kegiatan tersebut dilakukan oleh saudaranya yang tinggal di samping rumah mertua subjek karena anak dari saudaranya itu juga bersekolah di TK yang sama dengan anak subjek. Ketika peneliti dan subjek sedang melakukan wawancara, saudara subjek mengetuk rumah subjek untuk menjemput anak terakhir subjek. Selain itu, pada pertemuan wawancara

kedua, ada wanita seusia subjek yang masuk ke rumah subjek ketika peneliti dan subjek sedang melakukan proses wawancara. Wanita yang tak lain adalah adik ipar subjek tersebut membawa ember dan hendak meminta air di rumah subjek.

Di sekitar kompleks rumah subjek, terlihat banyak anak-anak yang sebaya dengan anak kedua dan anak terakhir subjek yang duduk di bangku SD dan TK. Mereka kerap kali bermain bersama di luar rumah sehingga terdengar canda dan tawa dari bocah-bocah tersebut. Kedua anak subjek, yaitu anak kedua dan anak ketiga subjek terlihat selalu bermain di luar rumah bersama anak-anak tersebut yang tak lain merupakan saudara sepupunya.

3. Kondisi Anak Subjek yang Mengalami Retardasi Mental

Subjek 3 menikah di usia 18 tahun dan langsung hamil pada tahun yang sama. Kehamilannya yang pertama mengalami keguguran di usia kandungan keempat bulan karena menurut dokter, kondisi kandungan subjek tergolong lemah. Setelah itu, subjek kembali hamil untuk yang kedua kalinya di usia yang kesembilan belas. Pada usia kandungan yang kelima bulan, subjek sempat terjatuh saat naik ojek karena sopir ojek menghindari sesuatu di jalan raya. Di usia kandungan yang kesembilan bulan, janin dalam rahim subjek meninggal di dalam kandungan

walaupun berhasil dilahirkan dalam kondisi tak bernyawa. Setahun kemudian, subjek kembali mengandung. Kali ini semuanya baik-baik saja, namun subjek harus melahirkan di usia kandungan ketujuh bulan karena bayinya lahir secara prematur. Kala itu subjek melahirkan di Rumah Sakit Kariadi Semarang. Menurut pengakuan subjek, IN lahir tanpa diagnosis gangguan apapun.

Menginjak usia dua tahun, IN mulai bisa berbicara namun tidak juga dapat berjalan seperti anak-anak pada umumnya. Subjek pun membawa IN ke Rumah Sakit Kariadi dan dokter menyatakan bahwa kaki kiri IN lebih panjang daripada kaki kanannya. Setelah itu, subjek dan suaminya mulai berjuang bersama agar anak pertamanya dapat berjalan dengan baik. Mereka membawa IN ke sangkal putung dan Klipang untuk memijatkan putrinya sesuai saran-saran dari beberapa orang. Di usia tiga tahun, IN akhirnya bisa berjalan walaupun kondisi kakinya agak timpang.

Menginjak usia lima tahun, saat anak-anak seusianya sudah mulai bersekolah di Taman Kanak-Kanak, IN belum mau bersekolah seperti layaknya anak-anak lain tanpa alasan yang jelas. Baru ketika IN menginjak usia kedelapan, ia mulai mau bersekolah dan masuk ke sebuah TK umum. Di usia kedelapan tahun itu pula subjek kembali menyadari sesuatu yang berbeda dari IN. Ketika berjalan, posisi tangan

kiri IN selalu menekuk dan berada di samping perutnya. Selain itu, tangan kiri IN juga kesulitan untuk memegang sesuatu karena posisi kelima jari tangan kirinya selalu menggenggam. Untuk yang kedua kalinya, subjek kembali membawa IN ke Rumah Sakit Kariadi Semarang dan IN pun menjalani terapi. Menurut penjelasan dokter, kondisi tangan kiri IN selalu menekuk dan berada di samping perutnya karena ada syaraf yang tertarik dan masih menyambung dengan syaraf kaki kiri IN. IN sempat menjalani terapi dengan tujuan agar tangan kirinya bisa memegang sesuatu dengan baik selama tiga bulan dengan jadwal rutin tiga kali seminggu. Setelah tiga bulan melakukan terapi, subjek pun tidak melanjutkan proses terapi karena kendala transportasi. Kala itu, suami subjek belum memiliki sepeda motor sehingga menyulitkan untuk pergi ke rumah sakit demi melakukan terapi.

Di Rumah Sakit Kariadi, IN dilatih untuk mengambil bola, lalu meletakkannya lagi. Menurut subjek, terapi semacam itu juga bisa dilakukannya sendiri di rumah. Setelah menghentikan proses terapi karena kendala transportasi, subjek pun melatih tangan kiri IN dengan menyuruh IN mengangkat ember sebagai gantinya.

Ketika mendaftar di TK pada usia delapan tahun, IN diterima dengan baik karena gurunya belum mengetahui kondisi IN yang sesungguhnya. Beberapa bulan setelahnya,

guru TK IN memantau kondisi IN dan memanggil subjek kembali. Guru tersebut menyarankan subjek untuk menyekolahkan IN di SLB saja karena kondisi fisik dan kemampuan belajar IN yang rendah. Ketika teman-teman sekelasnya mulai mampu mengenal huruf, IN tidak juga hafal. Saat teman-teman sekelasnya belajar menulis, IN kesulitan menulis karena sering lupa bentuk huruf. Selain itu, IN juga sulit bergaul dengan teman-temannya dan masih sering menyendiri bersama gurunya. Mendengar saran tersebut, subjek pun memohon pada guru TK tersebut agar IN tetap diizinkan bersekolah di TK tersebut karena subjek dalam kondisi ekonomi yang buruk dan tidak memiliki kendaraan untuk mengantar dan menjemput IN jika putrinya bersekolah di SLB yang letaknya berjauhan dengan rumah subjek. Akhirnya guru TK tersebut mengizinkan IN tetap bersekolah di sana.

IN lulus TK di usia 10 tahun dan langsung mendaftar di sekolah umum, yaitu SD KAG. Di SD tersebut, IN diterima dengan baik. Ketika kelas dua SD, IN sempat tidak naik kelas. Saat duduk di kelas tiga, IN sempat mendapat perlakuan buruk dari teman-temannya. Teman IN sempat mendorongnya hingga ia terjatuh serta mencuri uang sakunya. Tidak hanya itu, IN juga kerap kali pulang ke rumah dan menangis sebab di sekolah ia diejek oleh teman-

temannya karena cara berjalannya yang berbeda dari anak normal lainnya.

IN merupakan anak yang mandiri. Ketika bersekolah di SD KAG, suami subjek belum memiliki sepeda motor. Lagi pula, SD KAG terletak tidak jauh dari rumah IN. IN pun berangkat dan pulang sekolah sendirian dengan berjalan kaki. Selain teman-teman sekolahnya, IN juga sering diejek oleh beberapa anak di jalan yang tidak dikenalnya ketika pulang sekolah karena cara berjalan IN yang timpang. Mendengar ejekan dari beberapa anak di jalan yang tidak dikenalnya itu, IN juga selalu menangis ketika sampai di rumah.

Setelah itu, pendidikan IN lancar hingga akhirnya di kelas lima SD guru IN memanggil subjek. Guru IN menyarankan IN untuk disekolahkan di SLB saja karena hasil tes IQ-nya menunjukkan bahwa IQ IN rendah. Selain itu, alasan guru IN adalah bahwa IN akan sangat kesulitan mengikuti Ujian Nasional di kelas enam bila ia bertahan di SD tersebut. Akhirnya, subjek pun memindahkan IN ke SLB selepas putrinya menyelesaikan pendidikan di kelas 5 SD KAG.

Subjek diminta untuk memilih Sekolah Luar Biasa untuk IN. Subjek pun memilih SLB Hj. Soemiyati Semarang dan pihak sekolah membantu mendaftarkan IN.

Awalnya, IN tidak bersemangat untuk pindah ke SLB karena mengira akan mendapat teman-teman yang nakal. Para guru IN di SD KAG pun mendorong IN agar bersedia bersekolah di SLB agar IN mampu bersekolah dan bergaul bersama teman-teman kembali. Mendapat dorongan dari para guru di SD KAG, IN pun akhirnya bersedia bersekolah di SLB Hj. Soemiyati Semarang. Menurut seorang guru di SLB, IN merupakan anak yang aktif, ditunjukkan dengan sering bertanya bila ada materi yang belum ia pahami. Di SLB ini, IN mendapat bantuan dari Dinas Sosial karena kondisi ekonomi subjek yang buruk berupa sepatu dan uang tunai untuk membeli peralatan sekolah.

IN juga merupakan anak yang sangat mencintai kedua orang tuanya. Ketika diberi uang saku oleh orang tuanya sebesar tiga ribu rupiah, IN selalu menyisihkannya untuk ditabung. Tabungan tersebut kerap kali digunakannya untuk membeli beberapa keperluannya sendiri agar tidak perlu meminta uang pada orang tuanya. Lebih jauh, ketika mengetahui subjek atau ayahnya sedang dalam kondisi kesulitan ekonomi, IN pun tidak segan untuk meminjamkan atau memberikan tabungan dari sisa uang sakunya itu untuk orang tuanya.

d. Dinamika Emosi Negatif dan Koping pada Ibu yang Memiliki Anak Retardasi Mental

Subjek 3 mengetahui kondisi IN yang berbeda dengan anak normal lainnya ketika putrinya menginjak usia 3 tahun. Hampir menyentuh tahun ketiga, IN belum juga bisa berjalan. Kala itu, ia membawa IN ke Rumah Sakit Kariadi untuk memeriksakan kondisi anaknya dan mendapat penjelasan dari dokter bahwa kaki kiri IN lebih panjang daripada kaki kanannya. Menyadari hal tersebut, subjek pun merasakan emosi negatif sedih. Emosi negatif sedih tersebut lalu diatasinya dengan berdoa, yang termasuk *emotion-focused coping*.

Subjek juga seringkali merasakan emosi negatif kecewa berkaitan dengan kondisi anak pertamanya tersebut. Ia mengungkapkan kekecewaannya dengan bertanya pada Allah mengapa kondisi anaknya harus seperti itu. Emosi negatif kecewa tersebut diatasinya dengan terus mengusahakan yang terbaik untuk IN. Ketika beberapa orang menyarankan subjek untuk membawa IN pijat ke sangkal putung dan Klipang, subjek dan suaminya bergegas melakukan saran tersebut. Selain itu, subjek juga sempat membawa IN terapi di rumah sakit. Hal ini dapat digolongkan ke dalam *problem-focused coping*. Selain *problem-focused coping*, subjek juga mengatasi emosi negatif kecewanya dengan mencoba berpikir positif,

bahwa memang kondisi anaknya seperti itu, yang tergolong dalam *emotion-focused coping*.

Di usia tiga tahun, ketika beberapa anak seusia IN sudah bisa berjalan dan IN belum, subjek merasakan emosi negatif iri. Ia selalu mengungkapkan bahwa anak orang lain sudah bisa berjalan namun anaknya belum juga mampu. Emosi negatif iri tersebut lalu diatasi subjek dengan *problem-focused coping*, yaitu melatih IN untuk berjalan dengan menggandeng dan menuntun IN agar anaknya bisa berjalan. Selain tentang berjalan, kondisi tangan IN juga berbeda dengan anak-anak pada umumnya. Tangan kirinya sulit untuk memegang sesuatu karena selalu dalam posisi menggenggam. Hal ini pula yang membuat subjek kembali merasakan emosi negatif iri berkaitan dengan kondisi putri sulungnya. Subjek mengatasi perasaan iri tersebut dengan mencoba tabah dan berdoa pada Allah, yang termasuk dalam jenis coping *emotion-focused coping*. Selain itu, subjek juga berusaha membawa IN untuk pijat dan terapi, yang termasuk dalam *problem-focused coping*.

Akhirnya, di usia tiga tahun IN dapat berjalan walaupun dengan kondisi kaki yang agak timpang. Menjelang usia lima tahun, subjek pun membujuk IN untuk mulai bersekolah di bangku Taman Kanak-Kanak. Kala itu IN tidak juga mau bersekolah hingga ia menginjak usia delapan tahun. Subjek menduga IN mulai mau bersekolah karena melihat teman-temannya bersekolah sedangkan ia tidak, sehingga kemauan

untuk masuk ke Taman Kanak-Kanak pun muncul. IN memulai pendidikan TK-nya di usia delapan tahun. Ketika hari pendaftaran, gurunya menerima IN dengan baik karena belum mengetahui kondisi IN. Setelah beberapa bulan bersekolah di TK tersebut, guru IN terus memantau kondisi IN hingga beliau memanggil subjek dan menyarankan subjek untuk menyekolahkan IN di SLB saja karena kemampuan IN yang rendah dalam belajar dan kondisi fisiknya yang berbeda dengan anak-anak normal pada umumnya. Subjek pun memohon pada guru TK tersebut agar IN tetap diizinkan untuk bersekolah di TK tersebut, karena subjek tidak memiliki biaya untuk menyekolahkan IN di SLB. Subjek menuturkan bahwa suaminya belum memiliki kendaraan untuk mengantar dan menjemput putrinya bila IN harus bersekolah di SLB yang letaknya agak berjauhan dengan rumah subjek. Akhirnya, guru tersebut menerima alasan subjek dan IN tetap diizinkan untuk bertahan di TK tersebut. Walaupun begitu, guru IN sering melaporkan pada subjek bahwa bentuk tulisan tangan IN tidak seperti teman-temannya, yaitu cenderung berukuran besar-besar. Selain itu, saat teman-temannya sudah mampu mengenal huruf dan angka, IN belum juga mampu dengan sering melupakan apa yang telah dipelajarinya. Mendengar laporan tersebut, subjek kerap kali menangis dan merasakan emosi negatif sedih. Subjek mengatasi emosi negatif sedihnya dengan *problem-focused coping*, yaitu mengajari IN belajar.

Ketika mengajari IN, subjek kerap kali merasakan emosi negatif marah karena IN tidak juga mampu menuliskan huruf yang telah dicontohkan. Kemarahan tersebut diekspresikannya dengan memukul paha IN. Subjek mengatasi emosi negatif marah yang bersarang dalam dirinya dengan menyuruh suaminya untuk bergiliran mengajari IN, yang termasuk dalam jenis koping *problem-focused coping*.

Sekalipun subjek marah hingga memukul paha IN ketika mengajari putrinya, subjek juga selalu dihindangi emosi negatif sedih ketika melihat anaknya tersebut sudah tidur. Emosi negatif tersebut menghindangi dirinya hingga ia menangis sendiri dikarenakan muncul rasa menyesal sebab telah memukul paha IN. Subjek mengatasi perasaan sedihnya dengan *emotion-focused coping*, yaitu dengan mencium dan mengelus-elus IN saat anaknya terlelap.

Genap usia sepuluh tahun, IN lulus dari TK A dan mendaftar di sebuah SD yang letaknya tak jauh dari rumah subjek. IN pun diterima di SD KAG. IN tumbuh menjadi seorang anak yang mandiri walaupun hidup bersama kekurangannya. Ia selalu berangkat dan pulang sekolah seorang diri tanpa diantar oleh orang tuanya karena kala itu ayahnya belum memiliki sepeda motor dan jarak antara SD KAG dan rumahnya memang tidak terlalu jauh sehingga memungkinkan untuk ditempuh dengan berjalan kaki. Seringkali, ketika dalam perjalanan pulang ke rumah, beberapa

anak di jalan yang tidak mengenal IN membicarakan dan mengejek cara berjalan IN yang agak timpang. Diejek seperti itu, IN pulang ke rumah dan bercerita pada subjek tentang penghinaan yang dialaminya serta menangis. Sebagai seorang ibu, subjek merasakan emosi negatif sedih ketika mendengar hal tersebut serta melihat putrinya menangis akibat dihina karena kondisi fisiknya. Subjek pun hanya bisa berdoa, yang termasuk dalam jenis koping *emotion-focused coping*.

Selain itu, subjek juga pernah mendengar beberapa orang membicarakan kekurangan IN. Subjek mengaku merasakan emosi negatif sedih mendengar hal tersebut. Emosi negatif sedih dalam dirinya diatasi dengan bersikap cuek saja, yang termasuk dalam *emotion-focused coping*. Ketika kelas dua SD, IN dinyatakan tinggal kelas dan tidak dapat naik ke kelas tiga. Subjek mengaku merasakan emosi negatif sedih karena IN harus tinggal kelas. Namun begitu, subjek mengatasi emosi negatif sedihnya dengan bersedia menyadari kondisi IN yang memang lambat dalam hal akademis, yang termasuk dalam *emotion-focused coping*.

Ketika kelas tiga SD, teman sekelas IN pernah mengambil uang saku IN dan mendorong IN hingga jatuh. Selain itu, IN juga diejek karena cara berjalannya yang agak timpang. Ketika pulang sekolah, IN bercerita tentang hal tersebut pada subjek. Mendengar hal tersebut, subjek dihinggapi emosi negatif sedih karena putrinya diperlakukan

dengan buruk oleh teman-temannya. Subjek mengatasi hal tersebut dengan datang ke sekolah untuk menasihati teman IN serta melaporkan hal yang dialami putrinya kepada guru mereka. Hal ini termasuk dalam *problem-focused coping*.

Setelah mengulang setahun di kelas dua SD, pendidikan IN berjalan dengan lancar hingga IN duduk di kelas lima dan gurunya kembali memanggil subjek. Kali ini, guru IN menyarankan subjek untuk menyekolahkan IN di SLB saja karena hasil tes IQ-nya yang rendah. Guru tersebut memang telah mengetes IQ IN. Subjek merasakan emosi negatif sedih dan sempat menangis ketika mendengar kabar tersebut. Emosi negatif sedih tersebut lalu diatasinya dengan berusaha berpikir positif bahwa memang kondisi IN seperti itu, yang termasuk dalam *emotion-focused coping*.

Jarak antara rumah subjek dengan SLB tempat IN menimba ilmu cukup jauh. Kini, IN selalu diantar dan dijemput ke sekolah karena suami subjek telah memiliki sepeda motor. Namun begitu, terbersit kecemasan dalam diri subjek bila ada orang yang berbuat jahat kepada IN ketika putrinya menunggu di sekolah saat belum dijemput. Kecemasan tersebut diatasi dengan menasihati IN untuk menolak bila ada orang tak dikenal yang hendak mengantarkannya pulang ke rumah. Hal ini termasuk dalam *problem-focused coping*.

Saat ini, IN sudah genap berusia 16 tahun dan duduk di bangku kelas 2 SMP. Subjek mengaku sejak memasuki bangku SMP, IN sudah bersedia membantu-bantu pekerjaan rumah seperti menyapu lantai, mengepel lantai, dan mencuci piring. Beberapa hal yang belum mau dilakukan IN berkaitan dengan urusan rumah tangga adalah mencuci baju dan memasak. Hal itu menimbulkan kecemasan tersendiri di hati subjek karena menganggap IN belum sepenuhnya mandiri. Emosi negatif cemas tersebut lalu diatasi subjek dengan melatih IN untuk mandiri dengan memintanya mulai belajar memasak dan membantu pekerjaan rumah tangga, yang termasuk dalam *problem-focused coping*.

Selain mengenai kemandirian dalam hal urusan rumah tangga dan keseharian, subjek juga mengungkapkan kecemasannya terhadap masa depan IN, terutama dalam hal pekerjaan. Menyadari kondisi IN yang berbeda dengan anak normal lainnya, subjek memiliki ketakutan tersendiri bila nantinya ketika dewasa kelak, IN tidak mendapat pekerjaan. Hal tersebut diatasi subjek dengan terus berdoa pada Allah untuk kelancaran masa depan IN. Hal ini dapat digolongkan dalam *emotion-focused coping*.

Berkaitan dengan emosi negatif dan coping pada ibu dengan anak retardasi mental, Kubler-Ross membagi tahap-tahap reaksi emosional seseorang ketika dalam kondisi berduka menjadi pengingkaran, kemarahan, tawar-menawar, depresi,

dan penerimaan. Pada tahap pengingkaran, subjek 3 tidak mengalami fase pengingkaran ketika mengetahui kondisi putranya. Subjek langsung berada pada tahap depresi dengan merasakan emosi negatif sedih ketika IN berusia 2 tahun karena putrinya tidak juga bisa berjalan seperti anak-anak normal pada umumnya. Tahap depresi dalam diri subjek berlangsung cukup lama karena IN baru bisa berjalan di usia tiga tahun dengan kondisi kaki yang agak timpang. Selain itu, subjek juga mendapati fakta lain mengenai kondisi tangan IN yang tidak normal ketika putrinya menginjak usia delapan tahun saat memasuki Taman Kanak-Kanak. Emosi negatif sedih juga muncul ketika guru TK IN melaporkan banyak kekurangan IN dibandingkan teman-teman sekelasnya. Emosi negatif yang sama kembali muncul saat IN duduk di bangku Sekolah Dasar. Ketika usia SD, IN sempat tidak naik kelas di kelas dua SD. Saat kelas 3 SD, IN mendapat beberapa perlakuan buruk dari teman sekelasnya. Puncaknya, ketika kelas lima SD, guru IN kembali menyarankan subjek untuk menyekolahkan IN di SLB saja setelah gurunya mengetes IQ IN dan mendapati skor IQ yang rendah. Selain itu, emosi negatif iri muncul ketika subjek menyadari anak-anak lain sudah bisa berjalan, padahal anaknya sendiri belum mampu di usia dua tahun. Emosi negatif kecewa sendiri memenuhi diri subjek karena ia menyadari bahwa sebenarnya tidak ada orang tua yang ingin memiliki anak dengan kelainan tertentu ketika

IN berusia dua tahun. Subjek juga berdinamika dengan emosi negatif cemas terkait kondisi IN, terutama dalam hal masa depan di bidang pekerjaan serta kecemasan karena IN belum juga dapat mandiri dalam hal urusan rumah tangga.

Fase marah sendiri mulai muncul ketika subjek mencoba mengajari IN agar akademis putrinya tidak terlalu tertinggal jauh dengan teman-temannya ketika IN berusia delapan tahun. Subjek mengaku marah hingga memukul paha IN karena menyadari pola pikir IN yang lambat ketika belajar. Subjek mulai berada dalam tahap penerimaan ketika IN harus pindah ke SLB menginjak kelas enam SD. Saat itu, subjek menuturkan bahwa ia mulai dapat menerima kondisi putrinya yang memang berbeda dari anak normal pada umumnya dengan berlapang dada memindahkan anaknya ke Sekolah Luar Biasa dengan kesadaran bahwa kemampuan anaknya memang tidak sama dengan anak-anak lain. Tahap tawar-menawar tidak terjadi pada subjek 3 karena ia lebih banyak menghadapi fase depresi berkaitan dengan kondisi putrinya yang mengalami retardasi mental.

Skema 4 - Emosi Negatif dan Koping Subjek 3

