

Doc vs Internet + Library

93.59% Originality	6.41% Similarity	51 Sources
--------------------	------------------	------------

Web sources: 30 sources found

1. https://ichariesya.wordpress.com/2011/09/29/metopel-2	2.56%
2. https://ichariesya.wordpress.com/2011/09/29/sosial	2.14%
3. http://candrajiwa.psikologi.fk.uns.ac.id/index.php/candrajiwa/article/viewFile/50/41	0.96%
4. http://repository.unika.ac.id/view/year/2011.html	0.51%
5. http://repository.unika.ac.id/5110	0.51%
6. http://ejournal.psikologi.fisip-unmul.ac.id/site/wp-content/uploads/2013/04/JURNAL%20SKRIPSI%20	0.42%
7. https://abdiplizz.wordpress.com/2011/01/10/intervensi-untuk-anak-autism	0.39%
8. http://journal.unika.ac.id/index.php/psi/article/download/373/328	0.34%
9. http://widodoiain.blogspot.com/2015/02/teknik-analisis-data-dalam-penelitian.html	0.34%
10. http://fpsi.mercubuana-yogya.ac.id/wp-content/uploads/2012/06/Kecemasan-Menghadapi-Ulangan..	0.34%
11. http://widuri.raharja.info/index.php/SI1222473215	0.31%
12. http://widuri.raharja.info/index.php/SI1011464315	0.31%
13. http://www.autism-resources.com/books-alpha.html	0.31%
14. http://winiartiaprastitiwi.ilearning.me/laporan-kkp/bab-ii/teori-khusus/2-1-2-teori-konsep-dasar-data-da..	0.31%
15. http://widuri.raharja.info/index.php/TA1214372948	0.31%
16. http://widuri.raharja.info/index.php/KP1122465593	0.31%
17. http://widuri.raharja.info/index.php/SI1011464395	0.31%
18. http://widuri.raharja.info/index.php/TA1123369682	0.31%
19. http://www.journal.uad.ac.id/index.php/EMPATHY/article/viewFile/3201/1805	0.28%
20. https://nhymat.wordpress.com/2016/02/13/jurnal-pengaruh-musik-klasik-mozart-terhadap-perubah...	0.25%
21. http://journal.unika.ac.id/index.php/psi/article/download/597/448	0.25%
22. http://widuri.raharja.info/index.php/SI1322476493	0.25%
23. http://www.untag-smd.ac.id/files/EDISI%20No.12.doc	0.25%
24. http://ejournal.pin.or.id/site/wp-content/uploads/2015/04/EJOURNAL%20(04-30-15-11-12-15).pdf	0.25%
25. http://www.gunadarma.ac.id/library/articles/graduate/psychology/2008/Artikel_10501269.pdf	0.22%
26. https://www.slideshare.net/husni281090/propsopsal-skripsi	0.22%
27. http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jppmr/article/download/12496/12126	0.22%
28. https://id.123dok.com/document/lzgdmknz-fenomena-pengemis-di-kota-bandung-studi-fenomenolo..	0.22%
29. https://erikvalentinomath.files.wordpress.com/2015/02/penelusuran-kesalahan-siswa-dan-pemberi...	0.22%
30. http://widuri.raharja.info/index.php/Pengguna:Toha_Maksun	0.22%

Web omitted sources: 2 sources found

1. https://core.ac.uk/display/35397315	4.41%
2. http://journal.unika.ac.id/index.php/psi/article/download/372/327	0.53%

Library sources: 19 sources found

11.40.0125 glorialintang.docx	0.67%
UAS METOPEN KUANTI MURNIATI.docx	0.45%
14.E1.0010 FEBY ROSELEEN H.docx	0.34%
Muhammad Audi-proporsal fix.docx	0.34%
14.E1.0300- galuh ajeng candra kirana.docx	0.34%
13.40.0038 Tito Yuniar.doc	0.34%

13.40.0084 IRENE INDAH.docx	0.34%
14.E1.0248 - Deddy Dharmawan.docx	0.31%
13.40.0080_Maharani Sekar Ayu A.docx	0.31%
13.40.0006- Talita Saron Bunga J.docx	0.28%
10.40.0213 Serafina J.doc	0.25%
anastasia saraswati 13.40.0192.doc	0.25%
12.40.0062 Rukiyana Resi.doc	0.25%
11.40.0135 Maria Indi S.docx	0.25%
12.40.0143 Andreas Lestanto W.docx	0.25%
Elselladia D. W. 13.40.0195.docx	0.25%
Maria Octaria 13.40.0061.docx	0.22%
14.E1.0174 - Shafa Fathiya.docx	0.22%
Esterlina Putri Ariady - 13.40.0092.docx	0.22%



Similarity



Similarity from a chosen source



Possible character replacement



Citation



References

PROSES PERMAAFAN DIRI PADA ORANG TUA ANAK PENYANDANG AUTISME

Indra Dwi Purnomo dan Emmanuela Hadriami

Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui proses permaafan diri pada orang tua anak penyandang autisme. Penelitian ini dilakukan di Semarang antara Juli 2010 sampai dengan Maret 2011, peneliti melakukan wawancara dengan dua orang subjek orang tua anak penyandang autisme. Hasil penelitian menunjukkan bahwa proses memaafkan diri sendiri pada orang tua anak penyandang autisme terjadi pada tahapan yang sama. Tahapan yang dilalui antara lain konfrontasi diri, penilaian diri, bela rasa diri, transformasi diri, integrasi diri.

Kata kunci: memaafkan diri sendiri, Reaksi orang tua anak penyandang autisme

LATAR BELAKANG

Memiliki anak adalah dambaan bagi setiap pasangan suami istri. Setiap orang tua pasti menginginkan anak yang sehat, cerdas dan tumbuh normal. Namun karena beberapa faktor penyebab, kenyataan yang dihadapi kadangkala bertentangan dengan harapan. Anak yang dilahirkan dinyatakan memiliki kekurangan baik secara fisik maupun mental.

Salah satu gangguan perkembangan yang banyak menarik perhatian adalah autisme. Autismе didefinisikan sebagai suatu gangguan perkembangan, gangguan pemahaman atau gangguan pervasif, dan bukan suatu bentuk penyakit mental (Peeters, 2004. h.14). Autismе yang sering melanda anak-anak sudah tampak sebelum anak

tersebut mencapai umur tiga tahun. Pada usia dua sampai tiga tahun, dimasa anak balita lain mulai belajar bicara, anak autis tidak menampakkan tanda-tanda perkembangan bahasa dan sering mengeluarkan suara tanpa arti. Anak autis sering kali melakukan gerakan yang diulang-ulang. Misalnya duduk sambil menggoyang-goyangkan badannya secara ritmis, berputar – putar, dan mengepak-ngepakkan lengannya seperti sayap. Penyandang juga suka bermain air, dan memperhatikan benda yang berputar, seperti roda sepeda atau kipas angin. Anak autis sikapnya sangat cuek, kadang melompat-lompat, mengamuk, menangis tanpa sebab, sulit dibujuk, bahkan menolak untuk digendong atau

Proses Permaafan Diri Pada Orang Tua Anak Penyandang Autisme

dirayu oleh siapapun (Geniofam, 2010. h. 31-32).

Meski telah banyak dibicarakan, kesadaran dan pemahaman mengenai autisme tidak selalu menjadi kunci penerimaan terutama bagi pasangan orangtua yang dikaruniai seorang anak penderita autisme. Percampuran antara rasa syukur atas karunia Tuhan dan penolakan atas adanya gangguan perkembangan pada anak tentunya akan menimbulkan kegalauan pada diri orangtua manapun. Rasa sedih, bingung dan putus asa merupakan sebuah reaksi wajar yang dimunculkan oleh orangtua.

Dalam wawancara awal peneliti terhadap Ibu DX, pemilik salah satu rumah terapi di Semarang, terapis dan sekaligus orang tua anak penyandang autisme menceritakan bahwa setelah mengetahui fakta yang obyektif dari berbagai sumber kalau anaknya mengalami gangguan autisme, Ibu DX mengalami shock bercampur perasaan sedih, khawatir, cemas, takut, marah, amat terpukul, hingga pada akhirnya terpaksa menerima kenyataan bahwa anaknya menyandang gangguan autisme.

Menurut Mangunsong (1998, h.235) reaksi awal pada orang tua yang mengetahui anaknya mendapat diagnosa autisme biasanya muncul dalam bentuk reaksi shock, goncangan batin, kesedihan, stress, rasa bersalah, kecewa, marah, sakit hati, tidak dapat menerima kenyataan, merasa kelabu dan

kehilangan masa depan anaknya. Telford dan Sawrey (dalam Mangunsong, 1998, h.236-238) mengatakan bahwa terdapat beberapa reaksi yang muncul pada orang tua anak autisme, antara lain : mengatasi secara realistis dengan masalah anak, menolak kecacatan anak, mengasihani diri sendiri, perasaan ambivalen terhadap kecacatan anak, proyeksi, rasa bersalah, rasa malu, depresi, pola saling ketergantungan.

Kelahiran anak dengan kondisi tidak normal sering kali dihubungkan oleh para orang tua sebagai akibat dari kegagalan, kesalahan, ketidak becusan, ketidakberdayaan, dan berbagai pikiran negatif lain yang muncul serta memberikan tekanan batin luar biasa yang membuat para orang tua menyalahkan dirinya sendiri. Perasaan bersalah mengakibatkan para orang tua tidak bisa maju dan melanjutkan hidup sebagaimana mustinya. Perasaan bersalah tersebut menjadi krisis kepercayaan diri hingga memunculkan perasaan lemah dan tidak berguna. Perasaan bersalah yang membebani sering mengganggu kehidupan seseorang.

Kesenjangan akan harapan dan kenyataan terhadap lahirnya anak autis menyebabkan tantangan tersendiri bagi orang tua. Sikap orang tua mempunyai pengaruh yang sangat besar terhadap perkembangan kepribadian anaknya. Sikap-sikap yang kurang mendukung keadaan anaknya tentu saja akan

Indra Dwi Purnomo dan Emmanuela Hadriami

menghambat perkembangan anak, seperti rasa bersalah orang tua anak penyandang autisme yang berdampak pada pola asuh tidak tepat, ketidakmampuan pengambilan keputusan untuk pendidikan, over protective sehingga mengakibatkan ketergantungan secara terus menerus dan tidak dapat mandiri.

Masih banyak hal yang bisa disebutkan sebagai akibat dari rasa bersalah, namun bukan saatnya lagi orang tua merasa bersalah, apapun kondisi dan tindakan yang dulu pernah dilakukan. Proses permaafan diri sendiri menjadi poin penting agar seseorang dapat melangkah ke depan menjadi jauh lebih baik dari sebelumnya. Memaafkan diri sendiri adalah tindakan yang berasal dari misteri satu orang baik pemberi maaf maupun orang yang dimaafkan. Memaafkan diri berarti memperoleh penyembuhan dari perpecahan (Smedes, 1984. hlm. 115).

Pada dasarnya permaafan diri sendiri adalah tentang mencoba meraih penebusan dosa dari mereka yang disakiti dan berusaha membuat mereka merasa lebih baik. Memaafkan diri sendiri tidak berarti menghapus tanggung jawab atas tindakan dan perkataan, namun membebaskan dari hukuman diri sendiri dan dari sebuah rasa bersalah yang membebani dan membuat tidak dapat berbuat lebih baik. Pengampunan diri akan membawa bela rasa kepada pemahaman tentang siapa diri sendiri dan mengapa

bertindak salah serta mengambil kembali yang bernilai dalam diri (dalam Spring, 2004. hlm.195).

Menerima kenyataan bahwa buah hati menyandang autisme tentu berat dan tidak mudah. Disatu pihak memiliki anak autis merupakan pengalaman hidup penuh dengan berbagai tantangan dan kenyataan pahit akan tetapi disisi lain pengalaman ini tentunya membuat orang tua menjadi jauh lebih kuat, tegar, dan berani menatap maju ke depan. Dilain pihak tidak sedikit orang tua anak autis justru semakin terpuruk dan tidak mampu bangkit karena terjebak oleh rasa bersalah yang berakibat pada derita psikologis berkepanjangan.

Melalui penelitian ini, peneliti ingin mengetahui tentang bagaimana proses memaafkan diri sendiri pada orang tua anak autisme yang telah berhasil mengatasi berbagai rasa bersalah sebagai akibat dari kenyataan pahit yang dialami dan terbebas dari derita psikologis berkepanjangan.

TINJAUAN KEPUSTAKAAN

Reaksi Orang Tua Anak

Penyandang Autism

Safaria (dalam Lubis, 2009) mengatakan bahwa kehidupan orang tua yang memiliki salah satu anak autisme merupakan suatu cobaan yang menjadi pekerjaan berat sehari-harinya. Tidak mudah bagi orang tua untuk dapat hidup secara tenang dan damai ketika mengetahui anaknya mengalami salah satu gangguan

Proses Permaafan Diri Pada Orang Tua Anak Penyandang Autisme

perkembangan yang cukup berat seperti autisme. Berbagai macam reaksi orang tua yang muncul dan kebanyakan reaksi yang muncul tersebut adalah reaksi emosi negatif. Gejala emosi negatif ini dapat membawa dampak yang negatif pula, baik dari segi fisik maupun psikis sehingga diharapkan orang tua mampu untuk menyesuaikan dengan kondisi anaknya yang mengalami autisme.

Kebahagiaan yang tidak berkepanjangan akibat mengetahui buah hatinya mendapat diagnosa anak autisme tentunya akan mengakibatkan para pasangan mengalami tahap pertama yang biasa muncul berupa shock, guncangan batin, kesedihan, stress, rasa bersalah, kecewa, marah, sakit hati, tidak dapat menerima kenyataan, merasa kelabu dan kehilangan terhadap masa depan anaknya (Mangunsong, 1998, h.235).

Menurut Hopes dan Harris (dalam Lubis, 2009), orang tua dengan anak autis akan mengalami stres yang lebih besar dari pada orang tua dengan anak yang mengalami keterbelakangan mental karena hilangnya respon interpersonal pada anak-anak autisme tersebut. Selain itu tingkat keparahan dari gejala-gejala autisme merupakan salah satu hal yang mempengaruhi stres orang tua.

Cohen dan Volkmar (dalam Lubis, 2009) juga mengatakan umumnya orang tua yang memiliki anak autis akan mengalami stres. Hal

ini terjadi baik pada ayah maupun ibu. Ayah dan ibu menunjukkan reaksi yang berbeda dari stres yang mereka alami yang berhubungan dengan masalah-masalah anak autisnya. Ibu merupakan tokoh yang lebih rentan terhadap masalah penyesuaian. Hal ini dikarenakan ibu berperan langsung dalam kelahiran anak, biasanya ibu cenderung mengalami perasaan rasa bersalah dan depresi yang berhubungan dengan ketidakmampuan anaknya dan ibu lebih mudah terganggu secara emosional. Ibu juga merasa stres karena perilaku yang ditampilkan oleh anaknya seperti tantrum, hiperaktif, kesulitan bicara, perilaku yang tidak lazim, ketidakmampuan bersosialisasi, dan berteman. Berbeda dengan ayah yang sebenarnya juga mengalami stres yang sama tetapi dampak stresnya tidak seberat yang dialami oleh ibu. Ayah cenderung lebih stres karena stres yang dialami oleh ibu. Hal ini dikarenakan oleh peran ayah sebagai pencari nafkah utama dalam keluarga sehingga mereka tidak terlalu terlibat dalam pengasuhan anak sehari-hari.

Orang tua diharapkan dapat menerima bahwa ia adalah orang tua dari anak penyandang autisme. Akan tetapi bagi para orangtua yang tidak dapat menerima realitas, tidak memiliki kesadaran intelektual mengenai kondisi anaknya serta kurang mampu melakukan penyesuaian secara emosional tentunya akan menjadi over

Indra Dwi Purnomo dan Emmanuela Hadriami

protective terhadap buah hatinya. Hal ini dikarenakan adanya ketakutan bila anaknya di tolak untuk bergaul dan bermain dengan teman sebayanya yang normal sehingga semakin menghambat perkembangan anak dalam hal sosialisasi. Ketidakmampuan orangtua dalam beradaptasi terhadap kondisi anak mengakibatkan para orang tua anak autisme semakin merasa terasing dan kurang mampu menjalin relasi. Rasa kecewa dan putus asa yang berlebihan berdampak bagi kemunduran perkembangan anak yang pada akhirnya mengakibatkan para orang tua semakin merasa bersalah.

Worthington, Witvliet, & Miller (dalam Kurniati, 2009. h. A16) menjelaskan dampak dari rasa bersalah tidak hanya pada buah hati akan tetapi juga pada orang tua, respon tidak memaafkan yang kronis berkontribusi terhadap penyakit dan berbagai disfungsi karena menetapnya kondisi stres dan dihalanginya pemulihan kardiovaskular, serta meningkatnya tingkat kortisol.

Berdasarkan beberapa pendapat yang dikemukakan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa orang tua anak penyandang autisme memunculkan reaksi antara lain menolak menerima kenyataan, marah, menawar, depresi, menerima kenyataan dan pasrah, rasa bersalah, malu, mengasihani diri sendiri.

MEMAAFKAN DIRI SENDIRI

Enright (dalam Worthington, 2005. h. 144) menjelaskan permaafan diri sendiri sebagai keinginan untuk mengabaikan kebencian untuk suatu hal yang jelas-jelas salah dan meningkatkan perasaan terharu, murah hati, dan kasih satu sama lain.

Memaafkan Diri sendiri tidak menghapus tanggung jawab atas tindakan dan perkataan diri sendiri namun membebaskan seseorang dari hukuman diri dan dari sebuah rasa bersalah yang membebani dan membuat tidak dapat berbuat lebih baik. Memaafkan diri sendiri akan membawa bela rasa kepada pemahaman tentang mengapa bertindak salah serta mengambil kembali yang bernilai dalam diri (Spring, 2004. hlm.195).

Berbagai penelitian tentang memaafkan menunjukkan bahwa memaafkan berperan penting dalam kesehatan emosional dalam hubungan perkawinan maupun keluarga, hubungan perkencanan dan hubungan di tempat kerja (Rainey, 2008). Memaafkan juga ditemukan mempunyai hubungan yang signifikan terhadap kesehatan fisik dan psikologis. Enright & Fitzgibbons (2000) mengemukakan bahwa memaafkan dapat menghilangkan emosi marah. Sebaliknya tidak memaafkan yang digambarkan sebagai afek, perilaku, dan respon kognitif yang negatif terhadap orang lain dapat mengantar

Proses Permaafan Diri Pada Orang Tua Anak Penyandang Autisme

kedalam kegagalan fungsi social dan masalah dalam kesehatan mental dan fisik (dalam Kurniati, 2009. h. A16 – A17).

Para orang tua anak autisme yang merasa bersalah dan tidak dapat memaafkan diri sendiri dapat berakibat pada derita psikologis yang berkepanjangan. Terapi memaafkan sebagai salah satu sarana penyembuhan tepat digunakan karena memiliki dampak yang sangat positif terhadap berbagai tekanan psikologis yang dialami. Hal tersebut dibuktikan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lin (dalam Kurniati, 2009. h. A17), pada pasien ketergantungan Zat, dijumpai bahwa terapi memaafkan mengurangi perasaan marah, depresi, kecemasan, menurunkan kerentanan untuk relaps, dan meningkatkan harga diri. Disamping untuk gangguan penyalahgunaan zat, terapi memaafkan telah digunakan dan efektif untuk membantu klien dengan gangguan depresif, gangguan kecemasan, masalah perkawinan dan keluarga, gangguan makan, gangguan bipolar, dan gangguan kepribadian.

Tanpa kejujuran pemberian maaf kepada diri sendiri hanya merupakan omong kosong psikologis, untuk melakukannya dengan benar terdapat peraturannya seseorang tidak bisa benar-benar memaafkan diri sendiri kecuali kalau orang tersebut mencoba melihat kepada kegagalan kita di masa lalu dan menyebutkan dengan nama yang

benar (Smedes, L.W. 1984. hlm 105-106).

Terdapat sebuah syarat bagi seseorang yang melakukan permaafan diri yaitu seseorang tersebut menyadari perilakunya yang salah dan bersedia menerima tanggung jawab atas kesalahannya tersebut (Fincham, 2008. h. 177).

Spring (2004. hlm.194-195) menyatakan untuk mendapatkan pengampunan diri terdapat lima tahapan, yaitu :

- (a) Konfrontasi diri yaitu menghadapi kesalahan yang dilakukan dan kepedihan yang diakibatkan,
- (b) Penilaian diri yaitu mengkritik perkataan dan tindakan diri secara tajam karena telah menyakiti orang lain dan gagal menunjukkan kebaikan,
- (c) Bela rasa diri yaitu menggali sebab-sebab yang mendasari kelakuan dimasa lalu, membuka semua faktor pendukung stres, kepribadian, pengaruh biologis, dan pengalaman masa lalu yang mengakibatkan menjadi seperti saat ini,
- (d) Transformasi diri yaitu berusaha sebaik mungkin memperbaiki secara langsung kepada orang yang di sakiti jika memungkinkan,
- (e) Integrasi diri yaitu menerima kenyataan bahwa tidak akan pernah dapat memperbaiki kesalahan dimasa lalu, namun dapat menebus dosa dan mengubah perasaan,

pengetahuan dan
menyembuhkan diri.

akhirnya dapat memaafkan diri
sendiri.

METODE PENELITIAN

Fenomena yang diungkap adalah proses permaafan diri pada orang tua anak penyandang autisme. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif, penelitian kualitatif didefinisikan sebagai salah satu cara sederhana, sangat longgar, yaitu suatu penelitian yang interpretatif terhadap suatu masalah dimana peneliti merupakan sentral dari pengertian atau pemaknaan yang dibuat mengenai masalah itu. Adapun subjek penelitian adalah dua orang ibu anak penyandang autisme.

Metode pengumpul data dilakukan dengan wawancara dan observasi, sedangkan uji keabsahan data dilakukan dengan proses pemeriksaan sejawat melalui diskusi dan ketekunan pengamatan.

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa proses memaafkan diri sendiri pada orang tua anak penyandang autisme terjadi pada tahapan yang sama. Tahapan yang dilalui antara lain konfrontasi diri, penilaian diri, bela rasa diri, transformasi diri, integrasi diri.

Melalui penelitian ini, peneliti mengetahui bahwa latar belakang setiap subjek mempengaruhi dalam memberikan penilaian diri. Selain itu, kondisi lingkungan yang positif membantu orang tua untuk melalui seluruh tahapan hingga pada

PEMBAHASAN

Orang tua mengalami rasa bersalah ketika mengetahui kondisi anaknya yang berkebutuhan khusus, karena orang tua teringat kembali hal-hal negatif yang dia lakukan dimasa lalu yang dia asumsikan sebagai sebab dari terjadinya gangguan pada anaknya. Hal tersebut menyebabkan orang tua merasa dipojokkan oleh perbuatannya sendiri, merasa dihukum karena kesalahannya. Keadaan tersebut mengakibatkan berbagai perasaan yang buruk yang menjadi beban tersendiri bagi orang tua. Ingatan-ingatan tersebut mencerna dan menuding-nuding sehingga mengakibatkan mengalami suasana emosi yang tidak menyenangkan. Belum lagi tidak adanya dukungan dari orang-orang penting di sekelilingnya.

Hal lain yang menyebabkan orang tua mengalami suasana emosi tidak menyenangkan yang berkepanjangan adalah karena kondisi anak tidak kunjung menunjukkan kemajuan signifikan walaupun sudah mengikuti terapi. Hal tersebut mengakibatkan orangtua tidak dapat menerima kondisi anak dan terus-menerus menyalahkan diri sendiri. Seperti yang diungkapkan oleh Verhoeven, (2010. hlm. 14) berbagai ingatan negatif di masa lalu mengakibatkan orang tua menyalahkan diri sendiri.

Indra Dwi Purnomo dan Emmanuela Hadriami

Proses Permaafan Diri Pada Orang Tua Anak Penyandang Autisme

Dalam proses permaafan diri orang tua anak penyandang autisme melalui tahapan yang sama antara lain konfrontasi diri, penilaian diri, belarasa diri, transformasi diri, integrasi diri, seperti yang diungkapkan oleh Spring (2004. hlm.194-195). Meskipun tahapan yang dilalui untuk memaafkan diri sendiri sama, namun terdapat perbedaan durasi saat melaluinya. Subjek pertama lebih cepat melalui proses memaafkan diri sendiri meskipun mendapat berbagai tekanan dari suami dan ibu mertua. Proses tersebut dapat segera dilalui karena saat itu cukup terbantu dengan pendampingan ahli dan dukungan dari sesama orang tua anak berkebutuhan khusus. Subjek kedua melalui setiap tahapan membutuhkan waktu jauh lebih lama. Tampak perbedaan menonjol pada proses permaafan diri subjek kedua meskipun sama-sama mendapat pendampingan ahli namun masih belum cukup. Hal ini disebabkan kondisi anak tidak kunjung menunjukkan perbaikan selama terapi sehingga mengakibatkan orang tua tertekan dan kondisi psikologisnya lemah.

Tahap akhir proses permaafan diri, yaitu tahap integrasi diri. Menurut Rainey (dalam Kurniati, 2009. H.A16-A17) apabila orang tua dapat memaafkan diri sendiri berarti dapat memperbaiki kesehatan emosional dalam hubungan perkawinan maupun keluarga, hubungan perkencanan dan

hubungan di tempat kerja. Sehingga dengan demikian hubungan orang tua dengan anak autis dapat lebih baik dan lebih diwarnai emosi yang positif. Adapun dampak yang dimunculkan dari ketercapaian ini adalah berpikir kondisi anaknya merupakan sarana untuk belajar mengatasi berbagai masalah jauh lebih sabar, tidak menyalahkan diri sendiri, memberikan kasih sayang pada anak tanpa adanya ganjalan kemarahan, merawat dan mendampingi anak dapat lebih tenang, serta dapat kembali berinteraksi dengan lingkungan seperti awal, dapat ikhlas menerima kondisi yang ada, lebih tenang dalam menjalani hidup, membantu menghilangkan kebiasaan merokok saat memiliki masalah, lebih tenang mendampingi anak, nafsu makan dan irama tidur kembali normal, berpikir positif bahwa kondisi anaknya merupakan sarana untuk berlatih mengelola emosi ketika dihadapkan pada suatu masalah, serta kembali berinteraksi dengan lingkungan yang selama ini telah lama dihindari.

Dari hasil penelitian ini dapat diperoleh gambaran bahwa proses permaafan diri memang mengikuti tahapan yang sama, namun sangat mungkin terjadi perbedaan durasi dalam setiap tahapannya. Selain itu ada berbagai faktor yang dapat menunjang percepatan proses ataupun perlambatan proses permaafan diri. Hal ini bisa menjadi

masukannya bagi psikolog yang berkeinginan mengulurkan tangan membantu orang tua melalui proses permaafan diri.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa proses permaafan diri pada orang tua anak penyandang autisme merupakan suatu upaya untuk merubah suatu kondisi dari tidak dapat memaafkan diri sendiri karena memiliki anak dengan kondisi autisme hingga dapat memaafkan diri sendiri, dimana dalam upaya perubahan tersebut terdapat tahapan tertentu. Tahapan-tahapan tersebut pada dasarnya bersifat unik, artinya tahapan antara orang tua yang satu dengan orang tua yang lain tidaklah sama namun dalam penelitian ini terdapat kesamaan tahapan yang dilalui. Meskipun orang tua melalui tahapan yang sama, sifat unik pada tiap orang tua saat melalui tiap tahapan tetap menunjukkan perbedaan.

Dalam proses memaafkan diri sendiri semua tahap terjadi secara berurutan. Meskipun orang tua telah berhasil melalui seluruh tahapan, jika terdapat hal-hal yang menekan dan mengingatkan ketidak "sempurnaan" anak mereka bisa saja kembali pada tahapan sebelumnya.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti, dapat disimpulkan bahwa proses memaafkan diri sendiri pada orang tua anak penyandang autisme terjadi pada tahapan yang sama. Tahapan

Indra Dwi Purnomo dan Emmanuela Hadriami

yang dilalui antara lain konfrontasi diri, penilaian diri, bela rasa diri, transformasi diri, integrasi diri.

SARAN

1. Bagi subjek penelitian

Dari hasil penelitian, dapat diketahui orang tua anak penyandang autisme mampu mencapai tahap integrasi diri. kondisi ini sangat baik, namun perlu diingat ketika kembali mengalami suasana emosi tidak menyenangkan karena mengingat kekurangan kondisi anak sebaiknya segera kembali ketahap belarasa diri agar segera kembali tenang.

2. Bagi masyarakat umum

Bagi orangtua khususnya ibu anak penyandang autisme, tentunya seringkali timbul perasaan tertekan karena keadaan tidak berjalan seperti yang diharapkan. Perbedaan antara pengharapan dengan kenyataan merupakan sebab musabab mengapa muncul perasaan tidak nyaman. Untuk menghadapi keadaan tersebut selalu ada dua pilihan, menerima keadaan tersebut dengan cara memaafkan diri sendiri atau mencoba pergi meninggalkan keadaan tersebut dengan perasaan tidak nyaman. Apabila orang tua dapat memahami dan berusaha memaafkan diri sendiri tentu bisa jauh lebih sabar dalam mengatasi masalah, tidak menyalahkan diri sendiri, lebih tenang menjalani hidup, ikhlas menerima kondisi

Proses Permaafan Diri Pada Orang Tua Anak Penyandang Autisme

yang ada, lebih tenang mendampingi anak, dan dilingkungan dapat berinteraksi dengan normal.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan menambah subjek penelitian untuk memperkaya hasil penelitian. Selain itu, peneliti selanjutnya diharapkan meneliti lebih dalam mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi proses memaafkan diri sendiri pada ibu anak penyandang autisme.

DAFTAR PUSTAKA

Alsa, Asmadi. (2007). Pendekatan Kuantitatif dan Kualitatif Serta Kombinasinya Dalam Penelitian Psikologi. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

American Psychiatric Association. (2004). Diagnostic & Statistical Manual Of mental Disorders IV-TR. Washington: APA.

Berkell, Dianne.E. (1992). Autism: Identification, Education and Treatment. Hillsdale, New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, Inc, Publisher.

Cohen, D.J & Volkmar, F.R. (1997). Handbook of Autism and Pervasive Development Disorders.

New York: John Wiley & Sons, Inc.

Fincham, frank D. 2008. The Temporal Course Of Self-Forgiveness. Journal of social and clinical psychology, Vol. 27, No. 2, 2008, pp. 174-202. Florida State University.

Geniofam. (2010). Mengasuh dan Membesarkan Anak Berkebutuhan Khusus. Yogyakarta: Garailmu.

Hadi, Sutrisno. (1984). Metodologi Research 2. Yogyakarta: Yayasan Penerbitan Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.

Hadi, Sutrisno. (2000). Metodologi Research 1. Yogyakarta: Andi.

Handojo. (2003). Autisma: Petunjuk Praktis dan Pedoman Materi Untuk Mengajar Anak Normal, Autis, dan Perilaku lain. Jakarta Barat: PT. Bhuana Ilmu Populer

Hodgson, L. K. & Wertheim E. H. 2007. Does Good Emotion Management Aid Forgiving? Multiple Dimensions of Empathy, Emotion Management and Forgiveness of Self and Others. Journal of Social and Personal Relationships Vol. 24(6): 931-949. La Trobe University,

Indra Dwi Purnomo dan Emmanuela Hadriami

- Bundoora, Victoria
3086, Australia.
- Kaplan, Dkk. (1997). Sinopsis Psikiatri. Jakarta: Binarupa Aksara.
- Kartono, Kartini. 1992. Psikologi Wanita jilid 2, Mengenal Wanita sebagai Ibu dan Nenek. Bandung: C.V. Minder Maju.
- Kurniati, N.M.T, dalam Proceeding Pesat. (2009). Memaafkan: Kaitannya dengan Empati dan Pengelolaan emosi. Depok: Universitas Gunadarma.
- Lubis, M. 2009. Penyesuaian Diri Orang Tua yang Memiliki Anak Autisme. Skripsi (tidak diterbitkan). Medan : Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara.
- Marijani, L. (2003). Bunga Rampai seputar Autisme dan Permasalahannya. Jakarta : Putera Kembara Foundation.
- Moleong, L.J. (2007). Metodologi Penelitian Kualitatif. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Maulana, Mirza. (2008). Mendidik Anak Autis dan Gangguan Lain Menuju Anak Cerdas dan Sehat. Yogyakarta: Kata Hati
- Nevid, Dkk. (2003). Psikologi Abnormal. Jakarta: Erlangga.
- Peeters, Theo. (2004). Autisme. Jakarta: Dian Rakyat.
- Rangganadan, Anita R, & Todorov, Natasha. 2010. Personality and Self-Forgiveness, The Roles Of Shame, Guilt, Empathy, and Conciliatory Behaviour. Journal of social and clinical psychology, vol. 29, No. 1, 2010, pp. 1-22. Macquarie university.
- Sangkara, SDW.C. (2010). Berdamai dengan Diri Sendiri. Yogyakarta: Diva Press.
- Safaria, T. (2005). Autisme: Pemahaman baru untuk Hidup Bermakna Bagi Orang Tua. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Smedes, Lewis.B. (1995). Mengampuni & Melupakan. Jakarta: Mitra Utama.
- Smedes, Lewis.B. (1991). Memaafkan Kekuatan Yang Membebaskan. Yogyakarta: Kanisius.
- Spring, J.A. (2006). How Can I Forgive You? Memaafkan Tanpa Menyesakan Rasa Sakit Hati. Jaksel: PT. Trans Media.
- Veskarisyanti, G.A. (2008). 12 Terapi Autis Paling Efektif & Hemat. Yogyakarta: Pustaka Anggrek.

Proses Permaafan Diri Pada Orang Tua Anak Penyandang Autisme

Worthington, Everett. L. (2005).
Handbook of Forgiveness.
New York: Routledge
Taylor & Francis Group.
Wibisono, Darminto. 2009.
Orang Tua Depresi karena
memiliki Anak Berkebutuhan
Khusus. <http://digilib.petra.ac.id>
(Diakses Senin, 27 Juni 2010).