

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.01 Latar Belakang Masalah

Pasangan suami dan istri yang memilih untuk menikah atas dasar cinta pasti menginginkan keluarga yang harmonis dan bahagia. Ada banyak faktor yang dapat menimbulkan perasaan bahagia pada pasangan yang membangun rumah tangga, salah satu faktor tersebut adalah keinginan untuk memiliki seorang anak. Kehadiran anak dalam sebuah keluarga merupakan suatu kebahagiaan tersendiri bagi pasangan suami dan istri karena hadirnya seorang anak di dalam keluarga merupakan berkat yang diberikan Tuhan untuk mereka. Setiap orang tua menginginkan anak yang sehat fisik maupun psikis sebab anak itulah yang diharapkan akan melanjutkan generasi keluarganya.

Menurut Soewondo ( dikutip Panjawari, 2016) perkawinan memiliki tujuan untuk mendapatkan kebahagiaan cinta kasih, kepuasan, dan keturunan. Semua orang tua ingin memiliki anak yang sehat dan dapat tumbuh dengan normal, khususnya ibu karena dengan memiliki anak ibu akan merasakan menjadi perempuan yang sesungguhnya seperti menyusui, merasakan proses melahirkan, dan, menjadi *role model* bagi perkembangan anak. Harapan tersebut tidak selalu dapat terwujud sebab ada anak yang dilahirkan dengan suatu keterbatasan pada fisik maupun psikis, contohnya gangguan autis. Ibu yang memiliki anak dengan gangguan autis harus menerima kenyataan bahwa anaknya tidak dapat tumbuh dan berkembang secara normal.

Yatim ( dikutip Suharmini, 2007) menyatakan bahwa autisme merupakan sebuah sindrom gangguan dimana penderitanya mengalami gangguan pada bahasa, perkembangan sosial, dan ketidakpedulian terhadap sekitar sehingga

anak autis seperti hidup dalam kesendiriaan. Anak dengan sindrom autis biasanya kurang dapat merespon interaksi sosial karena mereka cenderung menyendiri dan menghindari kontak mata dengan lawan bicaranya. Individu seperti ini menganggap orang sebagai objek (benda) dan bukan subjek yang dapat berkomunikasi. Maslim (2003) menjelaskan anak dengan gangguan autis dapat didiagnosis setidaknya pada usia sebelum tiga tahun apabila ditandai dengan gangguan pada tiga bidang yaitu sosial, komunikasi, dan perilaku yang berulang.

Yuwono (2009) menyatakan kehadiran anak dengan gangguan autis akan memunculkan berbagai dampak yang berbeda pada tiap keluarga, namun pada sebagian besar kasus yang terjadi hadirnya anak dengan gangguan autis di dalam sebuah keluarga mengakibatkan terjadinya pertengkaran antara suami dan istri serta perasaan saling menyalahkan. Masalah seperti pernyataan yang telah dijelaskan diatas akan mengancam keutuhan rumah tangga jika pertengkaran seperti itu masih berlanjut dan mungkin berujung pada perceraian. Penelitian yang dilakukan Hartley (dikutip Freedman dkk, 2011) pada 391 keluarga yang memiliki anak autis di kota Massachusetts dan Wisconsin selama empat tahun menunjukkan bahwa pasangan yang memiliki anak autis memiliki kemungkinan bercerai sebesar 23,5%.

Ibu yang memiliki anak dengan gangguan autis memiliki beban stres yang berat. Beckham (dikutip Rahmania, Nurwati, Taftazani, 2016) menjelaskan sebagian besar keluarga yang memiliki anak autis cenderung membuat ibu lebih stres dibandingkan ayah karena pada umumnya didalam sebuah keluarga sebagian besar tugas mengasuh anak dipegang oleh ibu.

Anak dengan gangguan autis mengalami gangguan komunikasi sehingga mengakibatkan orang lain tidak mengerti apa yang mereka inginkan termasuk

orang terdekatnya yakni ibu. Hal ini akan memicu ledakan emosi dan perilaku yang tidak terkontrol ( *temper tantrum* ) pada anak sehingga dapat memicu stres karena ibu mengalami kesulitan untuk meredakan emosi pada anaknya. Pernyataan diatas serupa dengan pendapat Ludlow, dkk (dikutip Annisa dan Tri 2013) mengatakan bahwa tantangan yang dihadapi orang tua dengan anak autis lebih banyak pada permasalahan perilaku, seperti tantrum, repetitif dan agresif sehingga dapat disimpulkan sebagian besar stres pada ibu yang memiliki anak dengan gangguan autis dipicu karena adanya ledakan emosi dan perilaku anak yang tidak terkontrol.

Beban stres pada ibu semakin bertambah dengan adanya pandangan masyarakat yang menilai bahwa lahirnya anak autis disebabkan oleh faktor keturunan yang dibawa oleh gen ibu. Hal ini serupa dengan pernyataan Yuwono, (2012) yang menyatakan bahwa ibu dituduh sebagai penyebab lahirnya anak autis karena memiliki riwayat keturunan gangguan autis

Heiman (dikutip Rahayu, Karini, dan Karyanta, 2014) menjelaskan ibu menunjukkan gejala seperti sedih, takut, dan kecewa ketika mengetahui anaknya mengalami gangguan autis karena ibu tidak siap memiliki anak yang tidak dapat tumbuh secara normal sehingga tidak ada pilihan lain selain menerima apapun kondisi anaknya. Ibu yang memiliki anak dengan gangguan autis lebih rentan stres daripada ibu yang memiliki anak normal karena dia harus menghabiskan banyak waktu untuk mendampingi anaknya, akibatnya ibu hanya memiliki sedikit waktu untuk beristirahat.

Cara penanganan anak dengan gangguan autis berbeda dengan anak normal pada umumnya sebab anak dengan gangguan autis memerlukan pendampingan dan perhatian lebih khususnya dari ibu karena di Indonesia sebagian besar tugas

merawat anak dipegang oleh ibu, akibatnya ibu mudah merasakan lelah karena tenaganya terkuras untuk mengawasi perilaku anaknya. Adanya pandangan negatif dari masyarakat tentang anak autis, mahalnya biaya terapi, dan membutuhkan waktu yang panjang untuk terapi merupakan permasalahan lain yang mungkin akan dihadapi oleh keluarga yang memiliki anak dengan gangguan autis Sari (dikutip Armajyanthi, Victoriana, dan Ayu, 2017).

Hasil dari survey awal yang dilaksanakan dengan metode wawancara pada dua ibu yakni ibu G dan M yang memiliki anak autis muncul permasalahan yang berkaitan dengan kondisi psikologis, ekonomi, waktu, pandangan negatif lingkungan, dan penerimaan kenyataan terhadap kondisi anak.

Ibu G menceritakan bahwa hadirnya anak autis di dalam keluarganya membuat dia harus menghadapi berbagai masalah yang berat seperti biaya pendidikan yang mahal, pola asuh yang melelahkan, adanya komentar negatif dari lingkungan, dan sering bertengkar dengan suami karena harus memutuskan siapa yang akan pension dini untuk merawat anak di rumah. Semua masalah ini membuat ibu G rentan stres, untuk menurunkan tingkat stresnya Ibu G memiliki beberapa metode antara memberikan terapi perilaku pada anaknya, pergi haji untuk mendoakan kesehatan anaknya dan terlibat aktif dalam kegiatan bermasyarakat di lingkungan agar masyarakat dapat mengerti kebutuhan khusus yang dialami oleh anaknya. Beberapa upaya yang telah dilakukan oleh ibu G tidak semuanya berhasil menurunkan stresnya karena ada faktor lingkungan yang tidak bisa dikontrol seperti masih ada warga yang menghubungkan kondisi anaknya dengan hal misits meskipun ibu G sudah menjelaskan gangguan anaknya

Hal yang hampir serupa dengan masalah diatas diungkapkan juga oleh ibu M .Ibu M menyatakan dengan memiliki anak autis dan merupakan anak tunggal

membuat hidupnya dipenuhi dengan keadaan stres. Stres yang dialami ibu M disebabkan karena banyak faktor seperti adanya rasa kecewa ibu M yang tidak dapat memiliki anak normal, perilaku anaknya yang susah diatur, perasaan cemas tentang masa depan anaknya, dan harus menjadi tulang punggung keluarga menggantikan suaminya karena suaminya penisin dini. Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa subjek mengalami permasalahan serius yang mengakibatkan stress, maka upaya yang digunakan oleh ibu M untuk mengurangi stressnya lebih ke bentuk agama dengan memohon kepada Tuhan agar masa depan anaknya akan baik baik saja

Permasalahan di atas menjelaskan bahwa ibu yang memiliki anak dengan gangguan autis rentan terkena stres daripada ayah karena dalam menghadapi masalah serius perempuan lebih mengutamakan perasaan seperti cemas sedangkan laki laki cenderung lebih tenang, bersikap rasional bahkan tidak peduli. Hal ini sesuai dengan pernyataan Lestarianita dan Fakhrurrozi ( dikutip Hamilton dan Faggot, 2007) yang menyatakan bahwa laki laki cenderung lebih tenang daripada wanita dalam menghadapi masalah karena laki laki lebih mengutamakan menggunakan aspek rasional sedangkan wanita cenderung menggunakan aspek emosi

Kozier ( dalam Rasmun, 2004) menjelaskan individu yang terlalu lama terpapar stres berpotensi memicu munculnya emosi negatif seperti kecemasan dan marah, oleh sebab itu diperlukan sebuah tindakan untuk menurunkan stressor. Sarafino ( dikutip, Koeswardani 2006) menegaskan individu akan melakukan sebuah tindakan yang dapat menurunkan stressor ketika dihadapkan pada sebuah peristiwa yang dapat memicu stres.

Ada metode yang dapat digunakan untuk mengatur beban stress, metode ini disebut *coping stress*. Taylor ( dikutip Wenita, 2018) menjelaskan bahwa strategi *coping stress* merupakan perilaku untuk mengatur tuntutan internal maupun eksternal dari situasi yang mendesak. Munculnya metode *coping stres* setiap orang berbeda tergantung adanya faktor perbedaan antar individu, sehingga masalah yang sama mungkin direspon dengan *coping stress* yang berbeda. Adanya perbedaan individu meliputi kesehatan, sumberdaya, ketrampilan *problem solving*, dan ketrampilan sosial memiliki kaitan dengan jenis coping stres yang dipilih

*Coping stres* yang sudah dilaksanakan tidak selalu sepenuhnya berhasil, kadang kala strategi coping strategi stress mengalami kegagalan. Sarwono ( dikutip Susilo dkk, 2017 ) menjelaskan ada dua bentuk hasil akhir dari *coping stress* yakni gagal dan berhasil. Kegagalan coping stress ditandai dengan stress masih terus berlanjut sehingga harus memikirkan ulang *coping stress* yang tepat, sedangkan berhasilnya *coping stres* ditandai dengan menurunnya stres dan adanya perubahan perilaku positif

Berdasarkan permasalahan di atas peneliti ingin meneliti tentang strategi *coping stres* pada ibu yang memiliki anak dengan gangguan autis. Hal ini dilakukan karena ibu harus menerima kenyataan bahwa anak yang dilahirkannya memiliki gangguan autis dan memerlukan perhatian lebih darinya.

## **1.02 Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, maka perumusan masalah pada penelitian ini yakni bagaimana gambaran strategi *coping stress* pada ibu yang mendampingi anak penyandang gangguan autis ?

### 1.03 Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka tujuan yang hendak dicapai oleh peneliti adalah untuk mengetahui bentuk perilaku stress pada ibu yang memiliki anak autis, jenis *coping stress* yang digunakannya, serta efektifitas *coping* yang digunakan

### 1.04 Manfaat Penelitian

#### 1. Mafaat teoritis

Secara teoritis hasil dari penelitian ini diharapkan memberikan sumbangan pada ilmu psikologi khususnya di bidang kesehatan mental mengenai strategi *coping stress* pada ibu yang mendampingi anak penyandang gangguan autis

#### 2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan menambah wawasan masyarakat tentang adanya gangguan autis, dengan membaca penelitian ini diharapkan masyarakat dapat berinteraksi dengan penderita autis secara tepat

