

## BAB V

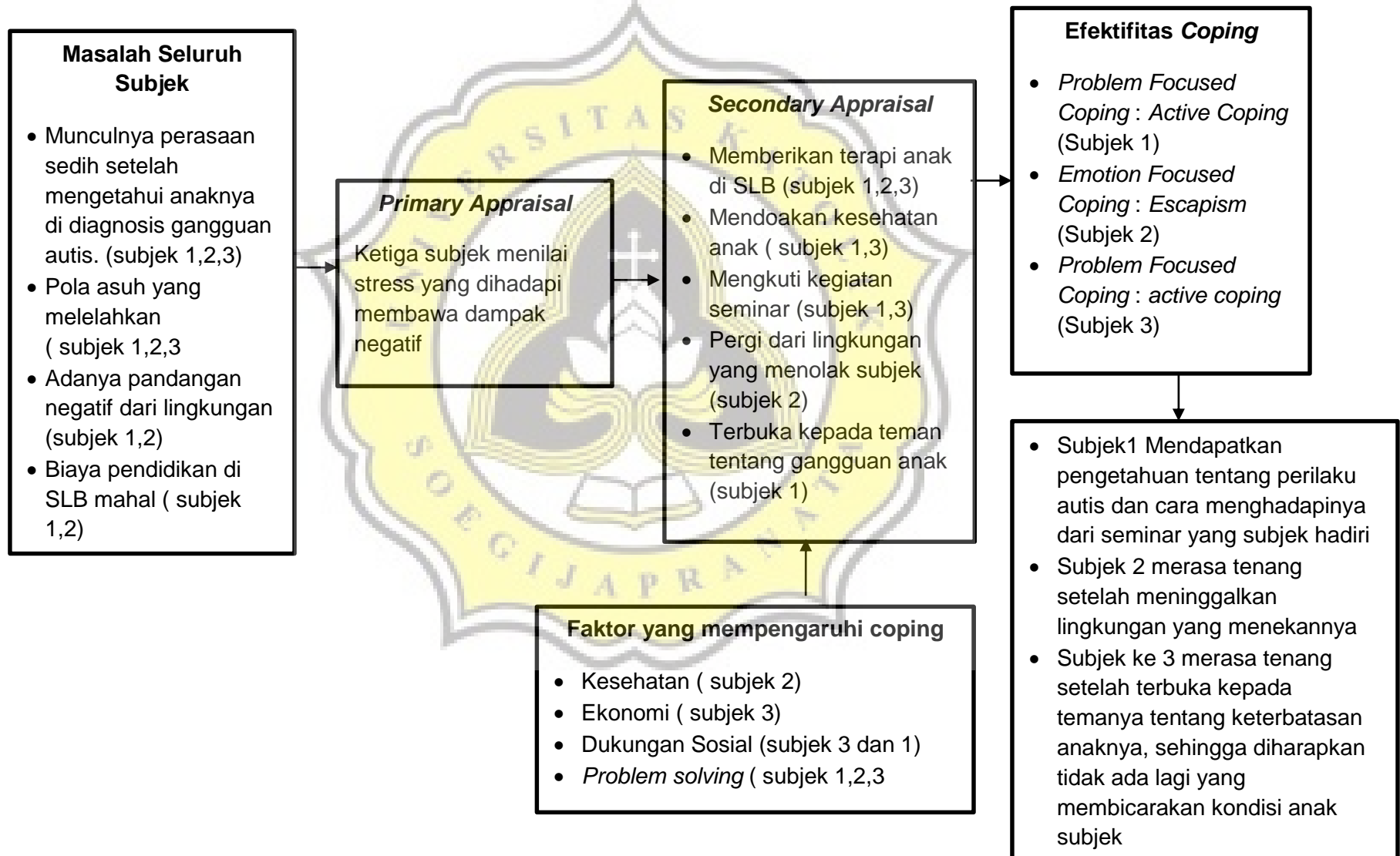
### HASIL PENELITIAN

#### 5.01 Rangkuman Hasil Subjek

Di dalam tahapan *primary appraisal* dapat disimpulkan bahwa ketiga subjek sedang mengalami stres. Stres pada ketiga subjek disebabkan karena berbagai masalah yang berhubungan dengan hadirnya anak autis di dalam keluarga subjek. Dampak stres pada ketiga subjek ditunjukkan dengan adanya ciri-ciri khusus yang dapat dilihat dalam bentuk perilaku maupun gangguan kesehatan. Pada subjek pertama dampak adanya stress mengakibatkan tekanan darahnya naik, hal ini akibat subjek pertama yang terlalu keras memikirkan kondisi anaknya. Stres pada subjek kedua ditandai dengan adanya gangguan kognitif yang membuatnya tidak dapat berpikir secara logis karena setiap hari hidupnya mendapat tekanan dari warga sekitar. Dampak stress pada subjek ketiga dapat dilihat dengan adanya ledakan emosi berupa perilaku memukul anaknya, hal ini dilakukan sebagai bentuk kemarahan dirinya pada perilaku anaknya yang sulit dimengerti

Setelah memastikan bahwa stress yang dialami ketiga subjek dinilai membahayakan diri mereka, maka ketiga subjek memasuki tahap kedua yakni *secondary appraisal* yang bertujuan untuk memilih jenis *coping*. Pemilihan jenis *coping stress* pada ketiga subjek memiliki beberapa persamaan dan perbedaan. Jenis *coping* yang digunakan oleh subjek disesuaikan dengan kondisi yang mereka alami sehingga efektifitas jenis *coping* tergantung dengan kondisi subjek. Di bawah ini merupakan dinamika *coping stress* ketiga subjek

### Bagan 5 Dinamika Coping Stress Seluruh Subjek



## 5.02 Pembahasan

Hadirnya anak autis di dalam keluarga mengakibatkan aktivitas seluruh anggota keluarga terganggu. Hal ini terjadi karena anak autis mengalami keterbatasan mental yang membutuhkan perhatian orang lain untuk merawat dirinya. Beberapa hal seperti munculnya perilaku berulang yang sama, kesulitan orang tua untuk berkomunikasi dengan anak, dan adanya gejala kompulsif merupakan tantangan yang harus dihadapi oleh keluarga yang memiliki anak autis. Anggota keluarga yang rentan mengalami stres paling tinggi saat merawat anak autis adalah ibu. Koyedemir dan Tosum ( dikutip oleh Harris, 2009 ) menjelaskan stres pada ibu yang memiliki anak autis dipicu beberapa hal seperti adanya perasaan bersalah telah melahirkan anak yang tidak sesuai dengan harapannya dan mengalami kesulitan dalam mengasuh anak.

Individu yang sedang mengalami stres dapat dikenali dengan adanya ciri-ciri khusus. Cox dikutip Siswanto (2007) menyebutkan beberapa ciri-ciri gejala stress seperti munculnya perasaan gelisah, adanya ledakan emosi serta perilaku, kesulitan berkonsentrasi sehingga tidak dapat berpikir secara logis, dan gangguan pada organ tubuh seperti tekanan darah naik. Berdasarkan ciri-ciri stres di atas dapat disimpulkan bahwa ketiga subjek dalam penelitian ini mengalami stres karena mengalami beberapa masalah yang berhubungan dengan memiliki anak autis. Gejala stres pada subjek pertama dapat dikenali dengan naiknya tekanan darah karena terlalu sering memikirkan kondisi anaknya. Pada subjek kedua munculnya stres ditandai dengan adanya kesulitan berpikir secara logis sehingga dia membuat keputusan yang kurang tepat dari permasalahannya, hal ini dapat terjadi karena ibu H tinggal dibawah tekanan dari warga yang menolaknya. Gejala

stres pada subjek ketiga yakni ibu E ditandai dengan adanya ledakan emosi dan perilaku, hal ini dipicu karena adanya kesalah pahaman komunikasi antara dirinya dengan anaknya.

Individu yang sedang mengalami stres akan memasuki tahapan yang disebut dengan *primary appraisal* dan *secondary appraisal*. Kedua tahapan ini bertujuan untuk mengukur dampak yang diterima individu ketika menghadapi stress dan memilih jenis *coping* yang tepat. Menurut Lazarus dan Folkman (1984) *primary appraisal* memiliki dua bentuk yakni *threat* dan *irrelevant*. *Threat* merupakan penilaian mengenai stimulus yang mengancam karena kedatangannya selalu membawa dampak negatif, sedangkan *irrelevant* merupakan stimulus yang tidak memberikan dampak apapun terhadap kesejahteraan dan kesehatan seseorang. Individu yang menilai stresnya sebagai *threat* akan memasuki tahapan *secondary appraisal*. Lyon dikutip oleh (Gaol, 2016) menjelaskan *secondary appraisal* adalah proses penentuan jenis *coping* yang bisa dilakukan dalam menghadapi situasi-situasi yang mengancam. Berdasarkan hasil wawancara dan observasi yang telah dilakukan pada ketiga subjek dapat disimpulkan bahwa ketiga subjek menilai stres yang dihadapinya sebagai *threat* karena stimulus tersebut membawa dampak negatif pada diri mereka, sehingga mereka memasuki tahapan *secondary appraisal*.

Di dalam tahapan *secondary appraisal* terdapat beberapa jenis *coping* yang dipilih oleh subjek untuk meringankan beban stresnya antara lain *problem focused coping* dan *emotion focused coping*. Sarafino ( 2011 ) menjelaskan *emotion focused coping* sebagai jenis *coping* yang bertujuan untuk mengurangi dampak negatif stres dengan menggunakan aspek emosi karena usaha yang telah dilakukan individu tidak dapat mengubah keadaan. Beberapa bentuk

*emotion focused coping* menurut Lazarus dan Folkman (dikutip Nugraheni, 2017) antara lain dengan sengaja menghindari sumber stres agar dapat terhindar dari dampak stres (*escapism*), perilaku menyalahkan dirinya sendiri karena merasa masalah yang terjadi pada individu disebabkan karena kesalahannya (*self blame*), dan melihat sisi positif dari setiap permasalahan yang terjadi (*seeking meaning*).

Pada jenis *emotion focused coping escapism* hanya digunakan oleh subjek kedua, hal ini dipilihnya karena subjek kedua tidak mampu melawan tekanan lingkungan yang menolaknya sehingga dia memilih untuk pergi dari kampung halamannya. Bentuk *emotion focused coping self blame* digunakan oleh subjek ketiga dan pertama, mereka menggunakan jenis  *coping* ini sebagai bentuk penyesalan karena melahirkan anak yang memiliki kebutuhan khusus. Jenis *seeking meaning* digunakan oleh subjek pertama dan ketiga, mereka memandang ada hal positif di dalam masalah yang mereka hadapi seperti adanya bantuan pemerintah untuk keluarga ibu N yang memiliki ABK dan tetangga ibu E yang bersedia membantunya setelah mengetahui G mengalami autisme. Jenis *emotion focused coping turn to religion* digunakan oleh subjek pertama dan ketiga, hal ini dipilih karena latar belakang keluarga subjek yang religius

Sedangkan *problem focused coping* menurut Lazarus dan Folkman (1984) didefinisikan sebagai strategi yang digunakan untuk menyelesaikan sumber masalah dengan menggunakan aspek kognitif dan perilaku. Carver dan Scheier (dikutip Prastowo, 2017) menjelaskan beberapa bentuk *problem focused coping* seperti mengesampingkan hal-hal yang tidak ada kaitannya dengan masalah yang dihadapi (penekanan kegiatan bersaing), mencari informasi sebanyak mungkin masalah yang dihadapi dari para ahli maupun teman (dukungan sosial),

melakukan tindakan aktif yang dapat menurunkan stres (*active coping*), dan membuat rancangan program yang dapat digunakan untuk menghadapi masalah (perencanaan).

Ketiga subjek menggunakan *active coping* dengan cara memberikan terapi perilaku di SLB, hal ini bertujuan untuk menurunkan perilaku autis anak mereka. Khusus untuk subjek ketiga dan kedua mereka menggunakan bentuk *active coping* dalam bentuk mengajak anaknya belajar mengenali lingkungan baru agar dapat beradaptasi dengan orang asing. Subjek kedua dan ketiga menggunakan bentuk perencanaan dalam memilih SLB yang sesuai dengan kondisi anaknya, selain digunakan untuk memilih sekolah subjek kedua menggunakan metode ini untuk membuat rencana kegiatan harian agar aktivitasnya yang sibuk tidak saling mengganggu. Metode penekanan pada kegiatan bersaing hanya digunakan oleh subjek pertama dengan cara mengundurkan diri dari tempatnya bekerja sehingga dia dapat fokus merawat anaknya. Ketiga subjek mendapatkan informasi yang penting karena adanya dukungan sosial dari keluarga dan ahli yang mengerti tentang masalah mereka. Berdasarkan hasil wawancara, dukungan sosial dari subjek pertama dan ketiga berasal dari tenaga pendidik serta keluarga mereka, sedangkan subjek kedua bantuan dukungan sosial berupa pemberian informasi penting hanya berasal dari guru SLB saja karena keluarga subjek kedua tidak peduli dengan kondisi yang sedang dia hadapi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa ketiga subjek memiliki persamaan dalam menggunakan jenis *problem focused coping* : *active coping* berupa memberikan pendidikan SLB pada anaknya yang mengalami autis. Ketiga subjek memilih jenis  *coping* ini karena

dengan diberikan pendidikan khusus diharapkan gangguan autis pada anaknya dapat berkurang. Setelah mendaftarkan anak mereka di SLB ketiga subjek sering mendapatkan panggilan seminar dari sekolah tentang bagaimana menjadi orang tua yang baik bagi anak autis, oleh sebab itu sekolah merupakan bentuk dari *problem focused coping* : dukungan sosial karena memberikan informasi penting bagi ketiga subjek.

Hasil dari penelitian ini juga menunjukkan efektivitas coping dari masing masing subjek. Subjek pertama menilai *active coping* dalam bentuk memberikan memberikan terapi perilaku dan mengikuti seminar mengenai gangguan autis efektif dalam menurunkan tingkat autis anaknya yang berdampak pada menurunnya tingkat stress pada subjek pertama. Hal ini dapat terjadi karena stres yang dihadapi oleh subjek pertama disebabkan oleh kelelahan fisik akibat tidak mengerti bagaimana cara menangani anak autis yang marah. Berdasarkan hal tersebut subjek pertama menggunakan pengetahuan yang di dapatnya pada saat mengikuti seminar dan cara ini terbukti efektif dalam mengontrol perilaku anaknya

Subjek kedua memandang *escapism* dengan cara menjauh dari lingkungan yang menolaknya merupakan upaya yang efektif karena subjek kedua tidak dapat mengubah keadaan masyarakat disana sehingga satu satunya cara mengurangi stressnya adalah menjauh dari lingkungan tersebut. Setelah menjauh dari lingkungan tempat tinggalnya yang dulu, subjek kedua sekarang merasa aman dan nyaman tinggal bersama keluarga besarnya. Efektifitas *coping* dari subjek kedua dapat dikenali adanya perbedaan pola pikir yang sebelumnya dia percaya bahwa gangguan autis pada anaknya disebabkan oleh ilmu hitam. Sekarang subjek kedua memandang gangguan autis pada anaknya disebabkan karena adanya gangguan perkembangan.



Subjek ketiga menyadari G memasuki usia remaja namun tidak mau berinteraksi dengan orang lain selain keluarganya karena dia lebih senang berada di rumah. Berdasarkan masalah tersebut ibu E menggunakan *active coping* dengan mengajak anaknya keluar rumah untuk menemaninya di acara penting seperti resepsi dan reuni teman sekolahnya. Hal ini dilakukannya agar G dapat belajar berinteraksi dengan lingkungan baru, namun sebelum menghadiri acara tersebut ibu E bercerita kepada teman temannya agar memahami kondisi G yang membutuhkan khusus.

### 5.03 Kelemahan Penelitian

Selama melakukan penelitian meneliti mengalami beberapa kendala seperti:

1. Observasi dan wawancara hanya dilakukan pada saat subjek bertemu dengan peneliti. Hal ini terjadi karena aktivitas subjek yang padat sehingga peneliti jarang bertemu
2. Peneliti menemukan kesulitan dalam mewawancari salah satu suami subjek karena dia merasa malu dengan kondisi yang dia alami