

BAB V

PEMBAHASAN

A. Intensitas Tema Antar Subjek

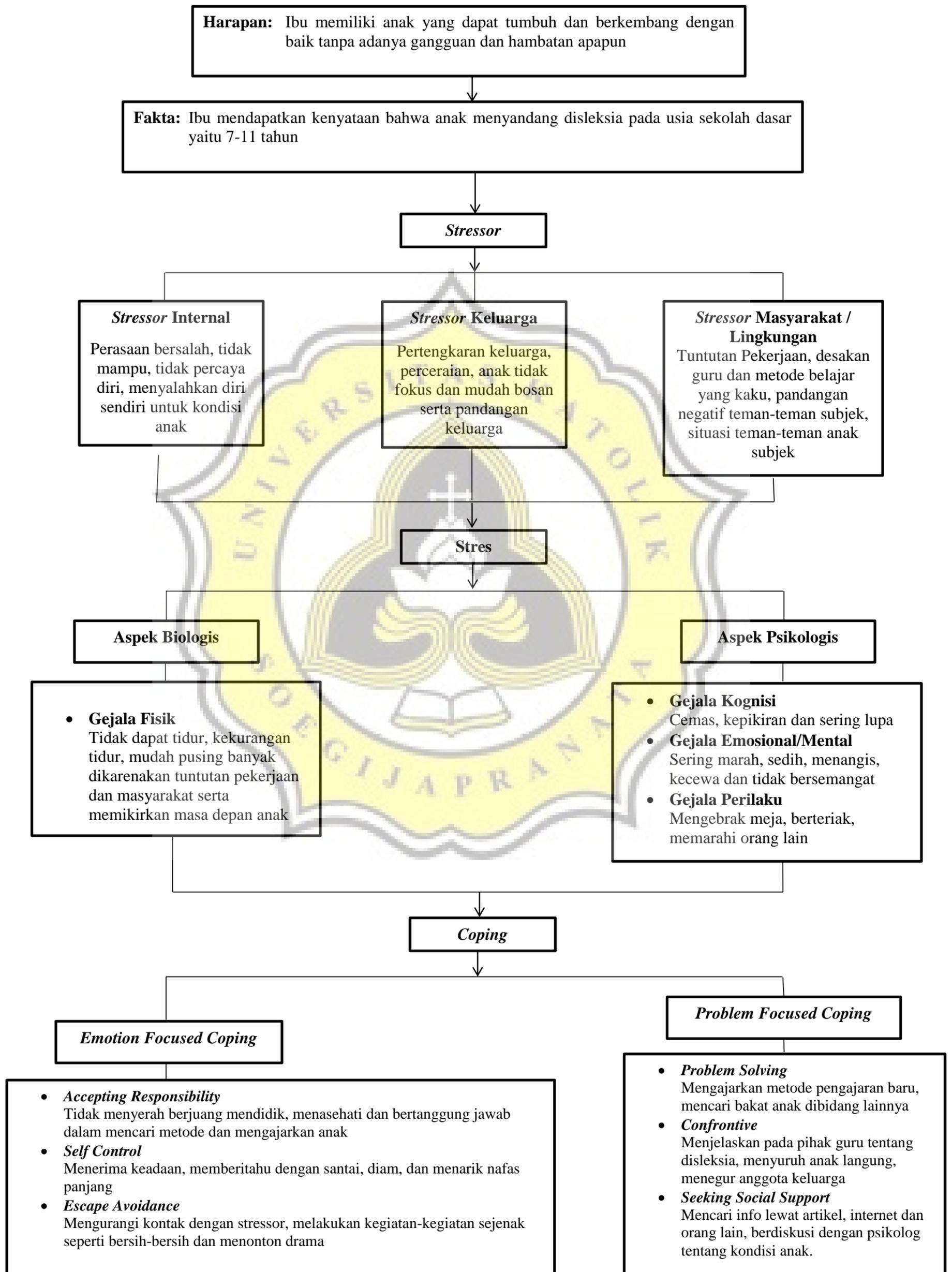
Usia anak pada saat didiagnosa menyanggand disleksia berbedabeda. Anak subjek 1 didiagnosa menyanggand disleksia saat berumur 9 tahun, anak subyek 2 pada usia 8 tahun dan anak subyek 3 saat usia 9 tahun. Ketiga subjek juga mengalami pengalaman yang berbedabeda hingga akhirnya memilih untuk membawa anak subjek ke psikolog. Subjek 1 menemukan informasi tentang disleksia dari koran yang berada di rumah ibunya, sedangkan subjek 2 menemukan istilah disleksia dari televisi. Lain halnya dengan subjek 3 yang mendapat saran dari ayah mertua untuk membawa anak ke psikolog. Ayah mertua subjek 3 mendapat informasi tentang disleksia dari acara di radio.

Sebelumnya, ketiga subjek sama-sama mengalami kejanggandalan pada anak ketika anak menduduki Taman Kanak-Kanak. Ketiga subjek menemukan fakta bahwa anak mengalami kesulitan menyalin, kesulitan menghafal, kesulitan membaca dan menulis. Ketiga subjek juga mengalami kecurigaan bahwa anak selalu menghindar bila diminta belajar membaca atau menulis. Subjek 1 dan subjek 2 sama-sama memiliki anak yang aktif dan ceroboh hingga sering kali menjatuhkan barang milik orang lain, menumpahkan sesuatu atau merusak suatu barang tanpa sengaja. Anak subjek 3 cenderung tidak terlalu aktif dan cukup pendiam.

coping sedangkan subjek 2 menggunakan semua jenis *coping* kecuali *positive reappraisal* dan *distancing*.



BAGAN 5. STRES DAN COPING PADA IBU YANG MEMILIKI ANAK DISLEKSIA PADA SUBJEK 1,2,3



B. Pembahasan

Dalam sebuah keluarga, mempunyai anak yang sehat baik secara fisik dan psikologis adalah harapan setiap orang tua. Terutama bagi ibu, karena ibu memikirkan hal positif tentang anak selama mengandung 9 bulan. Harapan ibu terhadap anak adalah anak terlahir tanpa kekurangan apapun. Tetapi pada kenyataannya, tidak semua ibu dianugerahi anak yang sehat secara fisik maupun mental. Hal tersebut dapat memunculkan berbagai respon dari ibu dan keluarga sebagai lingkungan pertama dalam pengasuhan anak. *Stressor* akan timbul dalam proses ibu merawat dan hidup bersama anak yang butuh pendampingan khusus. *Stressor* yang berada pada ibu akan memicu munculnya gejala-gejala stres yang akan mempengaruhi proses membimbing anak dengan kebutuhan khusus, dalam penelitian kali ini anak dengan kebutuhan khusus yang dimaksud adalah anak disleksia.

Memiliki anak disleksia tidaklah mudah dalam menjalaninya. Banyak permasalahan yang menimbulkan stres pada diri ibu. Hal ini disebabkan oleh perbedaan antara apa yang diekspektasikan ibu dengan realita yang ada. Anak disleksia terlahir dengan fisik yang tidak memiliki masalah sehingga ibu menduga bahwa anak akan tumbuh dan berkembang dengan baik, namun kenyataannya anak memiliki gangguan dan masalah. Ketiga subjek mengaku merasakan kecurigaan tentang perilaku anak yang janggal sejak anak duduk di bangku Taman Kanak-Kanak. Anak tidak mau belajar huruf, menulis, menyalin dan memiliki kesulitan dalam menghafal sesuatu. Subjek 2 dan 3

mengatakan bahwa anak mengalami keterlambatan bicara, sedangkan subjek 1 mengaku bahwa anak pernah terjatuh 2 kali di bagian kepala.

Disleksia akan sangat menghambat aktivitas anak sehari-hari karena disleksia merupakan suatu gangguan belajar yang membuat anak kesulitan membaca dan menulis, sedangkan membaca merupakan kemampuan dasar yang seharusnya dimiliki oleh setiap individu agar dapat menjalani kehidupan dan mendapatkan informasi. Anak dengan disleksia dapat mengalami penolakan di sekolah, dan dapat menyebabkan rendahnya tingkat kepercayaan diri (Delany, 2016, h.100). Hal ini akan dapat menjadi sesuatu yang dipikirkan dan dicemaskan oleh subjek serta dapat memunculkan gejala stres pada diri subjek. Dalam hal ini, ketiga subjek mengalami *stressor* yang berasal dari dalam diri (*stressor* internal) seperti perasaan bersalah yang berlebihan karena perbedaan ekspektasi dengan kenyataan yang ada, dan perasaan takut akan kegagalan dalam mendidik anak disleksia. Selain itu, muncul *stressor* yang bersumber dari keluarga. Dalam hal ini, perilaku anak disleksia saat belajar bersama subjek merupakan sebuah *stressor* bagi ketiga subjek, kemudian pada subjek 3, adanya kehadiran mertua dalam rumah juga menjadi tekanan tersendiri bagi diri subjek. *Stressor* yang bersumber dari masyarakat juga muncul pada ketiga subjek, seperti perilaku guru di sekolah yang kurang memahami tentang disleksia dan selalu mengeluhkan anak yang banyak tertinggal dalam hal akademis. Pada subjek 1 juga terdapat teman-teman subjek yang merendahkan anak subjek dengan mengatakan hal yang tidak baik tentang anak subjek.

Dengan adanya *stressor-stressor* tersebut, muncul gejala-gejala stres pada subjek. Dalam hal ini, ketiga subjek mengalami gejala stres fisik yaitu sakit kepala, mual dan juga mudah merasa lelah. Ketiga subjek harus selalu tidur larut karena waktu yang dimiliki subjek tersita untuk melakukan metode-metode belajar khusus bagi anak disleksia agar dapat menghadapi ulangan di sekolah sehingga pekerjaan subjek tertunda. Hal ini mengakibatkan subjek merasakan pusing, dan sakit pada badan. Ketiga subjek juga mengalami gejala stres kognisi berupa memikirkan sesuatu secara berlebihan terutama tentang masa depan anak disleksia. Subjek memiliki pemikiran bahwa anak disleksia akan sangat kesulitan untuk menjalankan kehidupan sehari-hari, selain itu subjek juga merasa bingung harus melakukan apa serta merasakan kecemasan berlebihan. Ketiga subjek juga mengalami gejala stres psikologis yang berupa perasaan marah, panik, sering menangis, dan juga menjadi lebih sensitif atau mudah tersinggung. Subjek mengalami gejala tersebut saat melakukan proses belajar bersama anak disleksia. Kesulitan anak disleksia dalam proses belajar membuat subjek merasa marah dan sedih. Gejala perilaku juga sempat muncul pada ketiga subjek seperti berteriak saat mengajari anak, menjadi kurang rileks dalam menjalani aktivitas, dan juga kurang tidur.

Ketiga subjek menggunakan kedua jenis *coping* yaitu *problem focused coping* dan *emotion focused coping* seperti dalam teori teori *coping* Richard Lazarus (dalam Sarafino & Smith, 2014, h. 134). *Problem focused coping* yang digunakan adalah *planful problem solving*, *confrontive coping* dan *seeking social support*. Sedangkan

untuk *emotion focused coping* yang digunakan ketiga subjek yaitu *positive reappraisal*, *accepting responsibility*, *self-control*, dan *escape-avoidance*.

Terdapat kesamaan pada ketiga subyek dalam penggunaan jenis *coping problem focused coping* yaitu *planful problem solving*, *confrontive coping* dan *seeking social support*. Ketiga subyek mengetahui betul kondisi anak dan permasalahan yang dihadapinya. Subjek cenderung mencari solusi langsung untuk masalah perilaku belajar anak disleksia seperti mencari tempat terapi yang tepat untuk anak disleksia. Ketiga subjek juga langsung menjelaskan pada guru subjek tentang disleksia saat guru selalu mengeluh tentang perilaku anak dan mengatakan bahwa anak adalah anak yang malas. Subjek 1 juga membawakan artikel-artikel tentang disleksia kepada guru.

Hasil penelitian pada jurnal “Strategi *Coping* dan Kelelahan Emosional (*Emotional Exhausting*) Pada Ibu yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus” memang menunjukkan bahwa dalam menghadapi permasalahan, subyek cenderung menggunakan *problem focused coping* dimana subjek lebih spontan dalam bertindak dan mengambil keputusan.

Jenis lain dari *problem focused coping* adalah *seeking social support*. Ketiga subjek mendapatkan dukungan baik secara instrumental dan emosional dari keluarga dan juga teman. Ketiga subjek menceritakan keadaan anaknya pada guru-guru dan teman-teman subjek agar mereka mengerti tentang kondisi anak dan tidak terus merasa heran. Ketiga subyek juga menceritakan pada anggota keluarga

lain tentang kondisi anaknya. Mendapatkan bantuan dari anggota keluarga lain, teman-teman dan orang lain dapat menanggulangi stres dalam menghadapi permasalahan. Bantuan yang dapat diberikan dapat berupa fisik maupun psikis (Hidayati, 2011, h. 13). Subjek 1 lebih suka bertanya dan mencari informasi kepada psikolog dan terapis. Sedangkan subjek 2 suka mencari informasi melalui internet dan subjek 3 lebih mencari informasi dari keluarga dan juga internet. Selain itu, ketiga subjek memilih tempat terapi yang paling sesuai untuk menerapi anaknya hingga saat ini. Terapi yang dilakukan ketiga subjek sangat membantu anak untuk berkembang dalam hal akademis dan juga meningkatkan kepercayaan diri pada anak. Perasaan senang muncul ketika anaknya mengalami kemajuan dalam perkembangan, dan harapan baru muncul dalam hati ketiga subjek.

Ketiga subjek sudah dapat menerima keadaan anaknya yang menyandang disleksia. Ketika subjek merasa marah dengan anak saat proses belajar, subjek mengatur perasaan dan tindakan agar tidak terus menerus marah terhadap anak apalagi melakukan tindakan-tindakan yang membuat anak disleksia semakin tidak percaya diri. Ketiga subjek selalu berpikir positif terhadap kondisi anak saat ini dan tidak pernah membiarkan anak melalui kesulitan sendiri. Dalam hal ini ketiga subjek melakukan jenis *coping emotion focused coping* yaitu *self control* dan *accepting responsibility*. Ketiga subjek terkadang juga sejenak meninggalkan masalah dengan cara *travelling* (subjek 1), menonton drama korea (subjek 3) dan juga bersih-bersih (subjek 2). Dalam hal ini subjek melakukan *coping Escape-Avoidance*. Hal ini

sangat membantu subjek untuk mengembalikan *mood* untuk melakukan aktivitas setelah bersitegang dengan anak dalam proses belajar.

Keluarga adalah kunci pertama dalam tumbuh kembang anak. keluarga yang harmonis akan memberikan dampak yang positif bagi perkembangan anak, namun tentu saja hal itu tidak begitu saja terlepas tanpa konflik dan dinamika yang terjadi di dalamnya (Hidayati, 2011, h.13). Meskipun subjek 1 sudah tidak memiliki suami, namun seluruh anggota keluarga subjek yang lain memberikan dukungan penuh terhadap subjek agar dapat menghadapi stres yang berkaitan dengan kondisi anak disleksia. Pada subjek 2, seluruh anggota keluarga juga memberi dukungan meskipun suami subjek tergolong cuek namun subjek mendapatkan dukungan dan pengertian dari anak subjek yang pertama dan kedua beserta anggota keluarga besar yang lain. Pada subjek 3 jelas terlihat keikutsertaan ayah dan ibu mertua dalam membimbing anak disleksia. Meskipun kadang-kadang muncul tekanan dari mertua akibat perilaku subjek terhadap anak dinilai kurang sesuai, namun suami, ayah dan ibu mertua serta adik ipar subjek yang tinggal dalam satu rumah ikut memberi dukungan dan membantu subjek.