

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Anak adalah anugerah yang dinantikan setiap orang tua. Menjadi orangtua adalah masa transisi yang dapat membuat seseorang merasa senang, bahagia, tertantang dan bahkan merasa stress (Deater-Deckard, 2004). Merawat atau mengasuh anak dapat memberi banyak kepuasan sekaligus menimbulkan banyak tantangan. Untuk beberapa orang dewasa, menjadi orang tua merupakan penghargaan sekaligus tantangan, yaitu ketika mereka mejadi orang tua, maka akan menghadapi suatu tuntutan terkait dengan peran pengasuhan yang menempatkan mereka pada resiko untuk mengalami stress (Helkenn, 2007). Mereka dapat merasa bahwa hidupnya sangat berubah dengan adanya anak dalam keluarga yang membutuhkan waktu dan perhatian ekstra. Semua orang tua mempunyai pengalaman dalam membesarkan anak, dan kebanyakan orang tua mengalami peningkatan efikasi diri dan penurunan stress seiring berjalannya waktu, namun bisa jadi tidak berlaku untuk orang tua dengan anak yang memiliki disabilitas (Hutchnison, Feder, Abar, Winsler, 2016).

Orangtua terutama ibu pasti berharap anaknya dapat terlahir dengan sempurna tanpa kekurangan, baik secara fisik maupun mental. Namun pada kenyataannya beberapa anak terlahir dengan memiliki gangguan. Beberapa gangguan yang dimiliki anak dapat menimbulkan stress pengasuhan pada orangtua terutama ibu. Mengasuh anak dengan kebutuhan khusus adalah pengalaman yang unik bagi ibu. Salah satu gangguan perkembangan yang

mempunyai penanganannya khusus adalah autisme dengan karakteristik perilakunya adalah penurunan hubungan timbal balik dalam berinteraksi sosial, gangguan dalam verbal dan non verbal keterampilan berkomunikasi, dan perilaku serta minat berulang, sehingga ibu harus mempunyai kesabaran ekstra dalam mengurus anak tersebut.

Salah satu harapan para ibu dengan anak berkebutuhan khusus terutama autisme adalah dapat tetap menjalani pengasuhan tanpa adanya kesulitan maupun tekanan yang dapat menimbulkan stress pengasuhan. Seorang ibu pasti berharap dapat menjalankan peran pengasuhan dengan sebaik-baiknya seperti mengurus anak yang normal meskipun dihadapkan pada kondisi anak yang berbeda dan membutuhkan penanganan khusus dan dapat menerima sepenuhnya kondisi anaknya dan dapat menyesuaikan segala kondisi anak, namun pada kenyataannya ibu yang mempunyai anak autisme mempunyai tingkat stress yang lebih tinggi dibandingkan dengan ibu yang mempunyai anak tanpa gangguan.

Ibu dengan stress pengasuhan mempunyai beberapa indikator antara lain depresi, hubungan yang tidak baik dengan pasangan, lingkungan yang tidak mendukung, anak yang sulit diatur, dan hubungan dengan anak yang tidak baik. Hal ini dapat dilihat berdasarkan hasil wawancara singkat peneliti kepada 10 orang ibu yang mempunyai anak autisme yang menyatakan bahwa mereka sering kali merasa bingung, cemas maupun tertekan saat menghadapi tingkah laku anak yang tidak biasa. Para ibu tersebut merasa kesulitan dalam mengurus anak autisme hingga kemudian membawa anaknya untuk terapi di Pusat Layanan Autismes Surakarta, kemudian beberapa diantara mereka tidak didukung oleh situasi sosialnya

sehingga merasa berat dalam mengasuh anaknya. Berdasarkan wawancara singkat dengan seorang ibu yang memiliki anak autis di Surabaya mengatakan bahwa mengasuh anak autis membutuhkan kesabaran ekstra dan seringkali menyebabkan stress apabila anaknya mulai tantrum dan harus didampingi sepanjang waktu. (Ambarini, Anisa, Kurniati, 2013).

Dari tahun ke tahun jumlah anak autis semakin meningkat di Indonesia. Menurut data dari Yayasan Autis Indonesia terdapat peningkatan dari 1:5000 anak menjadi 1:500 anak autis pada tahun 2000. Staf bagian Psikiatri memperkirakan terdapat  $\pm 6900$  anak autis di Indonesia. (Daulay, 2016). Berdasarkan jumlah prevalensi anak yang mengalami gangguan perkembangan autis terus meningkat, serta permasalahan pada gangguan ini lebih kompleks dibandingkan gangguan perkembangan lainnya, maka orang tua yang mengalami konflik batin dalam menghadapi anak autis ini dapat terus meningkat. Konflik ini terjadi karena adanya kesenjangan antara harapan orang tua yang ingin memiliki anak yang dapat dibanggakan dengan kenyataan bahwa anaknya mengalami autis. (Daulay, 2016).

Orangtua dengan anak autis mengalami tingkat stres pengasuhan yang tinggi, orangtua dalam hal ini adalah ayah atau ibu (Ambarini dkk, 2013). Dalam salah satu penelitian dinyatakan bahwa tingkat stres pengasuhan dan simtom depresi lebih tinggi dialami oleh ibu daripada ayah dengan anak autis (Davis dan Carter, 2008). Hal ini menunjukkan bahwa peran orangtua khususnya ibu dalam mengasuh anak autis tidaklah mudah, banyak hal yang menjadi tantangan dan harus dihadapi yang kemudian dapat menjadi pemicu munculnya stres

pengasuhan (Ambarini dkk, 2013). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa stress pengasuhan lebih sering dialami oleh ibu dibandingkan ayah. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Shin (2006) di Kanada, yang meneliti 106 ibu dan 93 ayah dengan anak berusia tiga sampai enam tahun menunjukkan bahwa ibu mengalami stres yang lebih besar dibandingkan dengan stres yang dialami oleh ayah.

Mengasuh anak autis bukan lah hal yang mudah, kompleksnya gangguan yang dialami anak autis seringkali membuat ibu mengalami kesulitan dalam mengasuh mereka, sehingga dibutuhkan kepribadian tangguh dalam mengatasi situasi yang menekan dan berdampak pada stres pengasuhan. Dengan demikian, anak autis membutuhkan pelayanan dan pengasuhan yang ekstra dari keluarga dan masyarakat. Keluarga khususnya orang tua merupakan orang terdekat bagi anak autis, bagi orang tua sendiri awalnya dengan ketidakpastian diagnosa dan penyebab autis dikombinasikan dengan tekanan emosi yang terkait dengan penanggulangan gejala anak autis seperti masalah dalam berkomunikasi, ekspresi emosi dan perilaku antisosial dapat menimbulkan pengalaman penuh stres bagi orang tua (Ambarini dkk, 2013).

Banyak faktor yang mempengaruhi stress pengasuhan pada seorang ibu yang memiliki anak autis. Faktor ini antara lain adalah dukungan sosial dan perilaku anak itu sendiri. (Ambarini dkk, 2013), kemudian salah satu faktor individual yang berhubungan dengan stress adalah kepribadian. Stres pengasuhan adalah suatu keadaan yang meliputi *aversive psychological* dan reaksi fisiologis yang muncul dari usaha untuk beradaptasi atau menyesuaikan diri dengan tuntutan

yang ada dalam pengasuhan dimana stres pengasuhan ini meliputi serangkaian proses (Deater-Deckard, 2004). Terdapat beberapa variabel yang terlibat dalam stres pengasuhan, yakni karakteristik kepribadian diri orangtua, karakteristik anak dan juga karakteristik dari lingkungan dimana orangtua tinggal dan bekerja (Ahern, 2004). Berdasarkan penelitian sebelumnya antara lain oleh Weiss (2002) pada 120 ibu yang memiliki anak (40 autis, 40 retardasi mental, 40 dengan perkembangan normal) maka didapatkan hasil bahwa terdapat tiga faktor dominan dalam mengasuh anak berkebutuhan yaitu ketangguhan (*hardiness*), dukungan sosial, dan coping.

Anak dengan autisme menghindari kelekatan afeksi yang dapat memicu stress pada diri ibunya (Weiss, 2002). Ibu dengan anak autis memiliki tingkat stress yang rendah dengan adanya dukungan sosial yang tinggi (Baristol dalam Weiss, 2002). Penelitian dalam bidang dukungan sosial telah memberikan indikasi bahwa pertukaran sosial dan hubungan sosial saling berhubungan secara konstruktif, yang menjadi sangat hebat dan mungkin dapat dimodifikasi sebagai penentu kesehatan kognitif dan kehidupan pada orang tua (Jordan-Marsh dan Harden dalam Kanika Jindal, 2013). Seseorang yang memiliki dukungan sosial yang lebih baik pada hubungan sosialnya maka lebih sehat baik secara mental maupun fisik dibandingkan dengan individu dengan dukungan yang rendah (Barrera dalam Tahira, 2015).

Namun, dukungan sosial tersebut tidak akan berarti tanpa adanya dukungan individual dari dalam diri ibu tersebut. Salah satu faktor pendukung individual adalah kepribadian. Hasil penelitian yang dilakukan Duarte (dalam

Ambarini dkk, 2013) menunjukkan bahwa faktor kepribadian dan demografis berasosiasi dengan *maternal stress*. Salah satu tipe kepribadian yang sangat erat hubungannya dengan stress adalah *hardiness*. Kepribadian tangguh atau *hardiness* dapat menjadi faktor penting dalam mengelola stress pengasuhan anak autis. Seseorang yang memiliki *hardiness* dapat menghadapi situasi stress dengan baik. (Ambarini dkk, 2013).

Ketangguhan merupakan konstruksi penting dalam memahami bagaimana seorang ibu menangani individu dengan ASD. Penelitian dalam Weiss (2013) meneliti *hardiness* dalam dua cara, pertama diketahui bahwa *hardiness* adalah mediator yang signifikan dalam hubungan antara peningkatan stressor (terlihat di sini dari pengalaman hidup yang negatif dan perilaku anak yang agresif) dan stress keluarga. Kedua, ditemukan bahwa dukungan sosial dan efikasi diri yang dirasakan mediator yang signifikan yang dapat mengubah stressor menjadi ketangguhan. Dengan kepribadian *hardiness* maka seseorang memiliki komitmen kerja, merasa dapat mengontrol situasi yang terjadi, dan dapat menghadap tantangan hidup dengan terbuka dan merasa bahwa situasi atau kejadian yang menekan adalah tantangan dalam hidup.

Dapat disimpulkan bahwa kepribadian tangguh ditandai dengan tiga C yang merupakan komponen dari ketangguhan yaitu *commitment*, *control*, dan *challenge* (Daulay, 2016). Individu yang memiliki ketangguhan dapat mengelola mental dan pikiran mereka dengan baik meskipun mengalami kejadian-kejadian yang dapat memicu stres. Ketangguhan mempunyai berbagai macam ciri atau sikap yang dapat membuat individu tahan terhadap tekanan karena kepribadian ini

menunjukkan adanya komitmen yang merupakan lawan dari alienasi, kontrol merupakan lawan ketidakberdayaan dan tantangan sebagai lawan dari takut atau situasi yang mengancam (Daulay, 2016). Orang-orang yang dapat mengendalikan hidup mereka akan memandang segala situasi sebagai jalan untuk perubahan yang positif yang menunjukkan tingginya tingkat *hardiness*. Secara keseluruhan, dukungan sosial dan ketangguhan yang tinggi berdampak secara langsung terhadap tekanan psikologis dan stress somatik.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa mengasuh anak autis bukanlah hal yang mudah dan seringkali dapat menimbulkan stress pengasuhan pada orang tua terutama ibu, maka rumusan masalahnya adalah apakah ada hubungan antara dukungan sosial dan *hardiness* dengan stress pengasuhan pada ibu yang memiliki anak autis, maka judul penelitian ini adalah hubungan antara dukungan sosial dan *hardiness* dengan stress pengasuhan pada ibu yang memiliki anak autis.

## **B. Tujuan Penelitian**

1. Untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dan *hardiness* dengan stress pengasuhan pada ibu yang memiliki anak autis.
2. Untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan stress pengasuhan pada ibu yang memiliki anak autis.
3. Untuk mengetahui hubungan antara *hardiness* dengan stress pengasuhan pada ibu yang memiliki anak autis.
4. Untuk mengetahui tingkat dukungan sosial pada ibu yang memiliki anak autis.

5. Untuk mengetahui tingkat *hardiness* pada ibu yang memiliki anak autis.
6. Untuk mengetahui tingkat stress pengasuhan pada ibu yang memiliki anak autis.
7. Sumbangan efektif dukungan sosial dan *hardiness* terhadap stress pengasuhan pada ibu yang memiliki anak autis.

### **C. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dan memberikan sumbangan ilmiah dan khasanah ilmu pengetahuan, terutama dalam disiplin ilmu Psikologi.