

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Melihat anak-anak balita tumbuh dan berkembang merupakan suatu hal yang menarik bagi orang tua. Seorang anak dikatakan tumbuh dapat dilihat dari perubahan fisik yang dapat diukur secara kuantitas dari masa kemasa dan dari satu peringkat keperingkat berikutnya dan perkembangan dapat dilihat dari perubahan secara kualitas dengan membandingkan sifat terdahulu dengan sifat yang sudah terbentuk (Papalia, 2001).

Proses pertumbuhan dan perkembangan yang dilalui setiap anak tentunya tidak sama dan memiliki keunikan masing-masing. Permasalahan yang dihadapi juga berbeda-beda dari satu anak ke anak yang lain. Permasalahan yang muncul dapat berupa gangguan pada tahap perkembangan fisik, gangguan bahasa, gangguan emosi maupun gangguan sensori motorik.

Apabila dalam masa perkembangan anak mengalami suatu gangguan maka orang tua akan menjadi sangat sedih. Salah satu gangguan pada masa kanak-kanak yang menjadi ketakutan orangtua saat ini adalah autisme. Autisme bukanlah suatu penyakit melainkan suatu gangguan perkembangan pada anak yang gejalanya tampak sebelum anak mencapai usia tiga tahun. Sebagaimana anak autis gejalanya sudah ada sejak lahir namun seringkali luput dari perhatian orang tua (Sutadi, 2003).

Menurut Kanner (dalam Lubis, 2009) autisme yaitu, suatu gangguan yang dicirikan dengan tiga ciri utama. Pertama, pengasingan yang ekstrim

(*ekstreme isolation*) dan ketidakmampuan untuk berhubungan dengan orang. Kedua, kebutuhan patologis akan kesamaan. Sering kali aktivitas anak terlihat sederhana misalnya duduk dilantai dan berguling-guling maju mundur dalam waktu yang lama, memutar-mutar tali sepatunya atau berlari-lari didalam ruangan. Kadang-kadang perilaku anak autis terlihat seperti suatu ritual. Anak autis juga memiliki suatu kebutuhan akan kesamaan lingkungan misal, anak harus memakan makanan yang sama dengan piring yang sama. Ketiga *mutism* atau cara berbicara yang tidak komunikatif termasuk *ecolalia* dan kalimat-kalimat yang tidak sesuai dengan situasi, misalnya ketika seorang anak autis menyiram toilet, ia tiba-tiba berkata “hamburgernya di kukas”. Anak autis juga memiliki ketidakmampuan dalam menerjemahkan kalimat secara harfiah dan memalikkan kata gantinya sendiri, biasanya anak memanggil dirinya sendiri dengan kata ganti “kamu”.

Safaria (2005) mengatakan bahwa *autism* adalah ketidakmampuan untuk berinteraksi dengan orang lain, gangguan berbahasa yang ditunjukkan dengan penguasaan bahasa yang tertunda, *ekolalia*, *mutism*, pembalikan kalimat, adanya aktivitas bermain yang repetitive dan stereotip, rute ingatan yang kuat, dan keinginan obsesif untuk mempertahankan keteraturan didalam lingkungannya.

Salah satu kondisi yang sering dijumpai sebagai penyebab muncunya autism ini antara lain karena adanya keracunan logam berat ketika anak dalam kandungan, seperti *timbale*, *merkuri*, *cadmium*, *spasma infatil*, *rubella kongenital*, *sklerosis tuberosa*, *lipidosis serebral*, dan anomaly kromosom X

rapuh, selain itu anak penderita autisme memiliki masalah neurologis dengan cerebral cortex, cerebellum, otak tengah, otak kecil, batang otak, pons, hipotalamus, hipofisis, medulla dan saraf-saraf panca indera seperti saraf penglihatan atau saraf pendengaran dan gejala umum yang bisa diamati pada anak autisme adalah gangguan pola tidur, gangguan pencernaan, gangguan fungsi kognitif, tidak adanya kontak mata, komunikasi satu arah, *afasia*, menstimulasi diri, mengamuk (*temper tantrum*), tindakan agresif atau hiperaktif, menyakiti diri sendiri, acuh, dan gangguan motorik stereotipik (Safaria, 2005).

Saat ini kasus autisme pada anak (*autism infantile*) semakin banyak sehingga menimbulkan kekhawatiran di kalangan masyarakat terutama orangtua (Danuatmaja, 2003). Dalam kurun waktu 10 sampai 20 tahun terakhir ini jumlah penyandang autisme semakin meningkat diseluruh dunia. Perkiraan jumlah kelahiran di Indonesia tahun 1997 yaitu 4,6 juta per tahun. Jumlah penyandang autisme akan bertambah per tahunnya sebanyak 2,15% dari 4,6 juta atau 9600 anak. Perbandingan anak laki-laki dan wanita penyandang autisme adalah empat dibanding satu (Sutadi, 1997). Di Indonesia diperkirakan lebih dari 400.000 anak mengalami autisme. Tahun 1987 di dunia, prevalensi anak autisme diperkirakan 1 berbanding 5000 kelahiran. Sepuluh tahun kemudian tahun 1997, angka itu berubah menjadi 1 anak mengalami autisme per 500 kelahiran dan tahun 2000, naik menjadi 1:150 dan pada tahun 2002 perbandingan menjadi 1 berbanding 100 kelahiran (Detik health, 2 Februari 2012).

Kenyataannya ketika Tuhan menitipkan anak dengan kondisi autisme sebagai karunia-Nya, perasaan orang tua menjadi galau, antara penerimaan dan penolakan dan antara rasa syukur dan amarah. Bahkan segala bentuk perasaan sedih, bingung, putus asa, pasrah berganti-ganti dengan rasa kaget, senang dan suka cita (Marijani, 2003).

Safaria (2005) mengatakan bahwa berbagai reaksi orang tua muncul ketika mengetahui bahwa anaknya mengalami gangguan autisme dan setiap orang tua pasti berbeda-beda reaksi emosinya. Beberapa reaksi emosi yang muncul ketika orang tua mengetahui bahwa anaknya mengalami autisme seperti merasa terkejut, penyangkalan, merasa tidak percaya, sedih, perasaan terlalu melindungi, kecemasan, perasaan menolak keadaan, perasaan tidak mampu dan malu, perasaan marah, bahkan perasaan bersalah dan berdosa. Sesuai dengan apa yang dikemukakan oleh Kluber-Ross (Sarasvati, 2004) bahwa ada beberapa reaksi emosional individu ketika menghadapi cobaan dalam hidup yaitu menolak menerima kenyataan, marah, melakukan tawar-menawar, depresi, penerimaan.

Berbagai reaksi ini muncul disebabkan karena sewaktu anak masih berusia kurang lebih 1 sampai 1,5 tahun. Anak terlihat lucu dan menyenangkan namun seiring dengan bertambahnya usia anak, mulai terlihat berbagai macam keanehan misalnya jika diajak berkomunikasi anak seperti tidak menanggapi, acuh bahkan matanya menghindar jika ditatap dan derai tawanya hampir tidak terdengar seperti anak-anak lainnya (Safaria, 2005).

Kebanyakan orang tua mengalami *shock* bercampur perasaan sedih, khawatir cemas, takut dan marah ketika mengetahui anaknya mengalami gangguan autisme. Perasaan tidak percaya bahwa anaknya mengalami autisme kadang-kadang menyebabkan orang tua mencari dokter lain untuk menyangkal diagnosis dokter sebelumnya. Setelah mengetahui fakta yang objektif dari berbagai sumber, kebanyakan orangtua dengan perasaan amat terpuak dan terpaksa menerima kenyataan bahwa anaknya adalah penyandang autisme. Pada mulanya orang tua berpikir bahwa anaknya hanya mengalami keterlambatan alam proses perkembangan dan pertumbuhan. Orang tua baru sadar ketika mulai terlihat berbagai macam keanehan dan kejanggalan dalam perilaku anaknya. Misalnya, anak membentur-benturkan kepala atau tangannya dan perilaku aneh lainnya. Bagi orang tua, perilaku agresif dan menyakiti diri sendiri merupakan perilaku yang paling berat untuk dihadapi. Anak sering berteriak dengan tidak jelas sehingga membuat orang tua semakin sedih dan tertekan (Safaria, 2005).

Menurut Hopes dan Harris (dalam Berkell, 1992) orang tua dengan anak autis akan mengalami stress yang lebih besar daripada 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 stress orang tua.

Orang tualah yang menjadi pokok dalam menghadapi persoalan-persoalan dalam kehidupan keluarga dan individu-individu didalamnya. Pada

penelitian ini orang tua yang dimaksud adalah ibu. Faktor ibu adalah faktor yang sangat penting yang berperan sebagai pengasuh utama. Ibu adalah orang pertama yang berhubungan, melakukan kontak fisik dan emosional dengan anak (Andayani dan Koentjoro, 2007). Kedudukan seorang ibu juga sebagai tokoh sentral sangat penting untuk melaksanakan kehidupan. Kepedulian ibu terhadap anaknya dianggap sebagai reaksi naluriah. Ibu dapat mengembangkan hubungan emosional yang kuat (Gunarsa dan Gunarsa, 2004). Anak juga membutuhkan model yang tepat agar dalam perkembangan anak dapat mencapai kedewasaan yang matang secara social, emosional, intelektual dan spiritual, sehingga pada berbagai budaya didunia pengasuhan dibebankan atau “dipercayakan” kepada Ibu (Andayani dan Koentjoro, 2007).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Sari, Mardawan dan Prakoso (2011) yang menyebutkan bahwa memiliki anak autis merupakan tantangan bagi orang tua, khususnya ibu dalam memberikan pendampingan dan pengasuhan pada anaknya. Penelitian tersebut membahas gambaran dan profil resiliensi para ibu yang memiliki anak autis dan mampu bersedia mengembangkan potensi anaknya.

Oleh karena itu kemampuan regulasi emosi atau ketrampilan mengelola emosi menjadi penting bagi individu untuk dapat efektif dalam melakukan coping terhadap berbagai masalah yang mendorongnya mengalami kecemasan dan depresi. Sehingga orang tua yang mempunyai

anak autis diharapkan mampu mengelola emosi- emosi negative yang dialaminya seperti perasaan marah, benci, kecewa, atau frustrasi.

Regulasi emosi didefinisikan sebagai cara individu mempengaruhi emosi yang mereka miliki, kapan mereka merasakannya dan bagaimana mereka mengalami atau mengekspresikan emosi tersebut. Regulasi emosi juga dapat diartikan sebagai kemampuan untuk mengevaluasi dan mengubah reaksi-reaksi emosional untuk bertindak laku tertentu yang sesuai dengan situasi yang sedang terjadi (Gross, Thompson, Garnefski dalam Salamah 2009).

Regulasi emosi sendiri adalah salah satu jenis *coping* dalam mengatasi permasalahan. Ibu yang memiliki anak autis sering mengalami kesulitan ketika menghadapi perilaku dan emosi anaknya, dan tidak jarang ibu harus menahan emosinya sendiri untuk menghadapi perilaku anaknya. Beberapa orang tua anak autis dapat mengatasi perilaku anaknya dengan sabar, positif, toleran, hangat. Ibu tetap dapat menerima, tenang, meskipun anaknya melakukan perilaku yang kurang diharapkan atau sesuai dengan keinginannya sendiri.

Kehidupan emosional ibu ialah kondisi emosional ketika menghadapi anaknya. Kehidupan emosional ibu telah dibahas dalam penelitian yang dilakukan Pratisti (2011) bahwa peran kehidupan emosional ibu juga mempengaruhi perkembangan emosional anak. Pada tahun berikutnya Pratisti (2012) juga menemukan bahwa kehidupan emosional ibu, budaya serta karakteristik remaja berpengaruh pada regulasi emosi remaja.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan peneliti pada ibu yang memiliki anak penyandang autisme diketahui kedua subjek dalam penelitian ini dapat mengendalikan emosi dan perilakunya ketika menghadapi permasalahan berkaitan dengan pengasuhan anaknya.

Hasil penelitian yang telah dilakukan, pada subjek pertama yaitu TU dan HC (bukan nama sebenarnya) yang memunculkan emosi berkaitan dengan perilaku anaknya yang merupakan penyandang autisme. Dalam keseharian anaknya sering *mood-moodan*, emosi, marah, menggigit saat tantrum, saat menjawab pertanyaan dirasa belum konsisten, mengatasi kesulitan dalam bidang akademik, belum mandiri dalam hal bina diri, perilaku stereotip seperti meracau seperti “na-na-na” dan “hmmm”, membutuhkan energy ekstra untuk mengasuh dan belum bisa berkata jika menginginkan sesuatu. Ibu harus mengatasi gejala emosi yang dirasakan agar bisa mengatasi perilaku anaknya dengan cara lebih adaptif.

Subjek TU dengan tegas dan disiplin mengatasi perilaku anak dengan menggunakan suara yang lebih keras atau bernada tinggi ketika mengarahkan anak dalam keseharian, dan tidak terlalu keras menghadapi anak ketika kesulitan belajar. Salah satu contoh subjek TU dalam mengelola emosi dapat dilihat dari kutipan wawancara yang peneliti lakukan dengan subjek TU Ketika ditanya tentang bagaimana cara ibu untuk memotivasi dirinya ketika ada masalah atau merasa lelah. *“Ya itu mbak, ya sholat itu, berdoa, terus ya sabar. Diadem-ademno gitu. Terus ngelihat anak yang lebih dari pada MA”* (Wawancara 21 Mei 2014).

Sedangkan subjek HC dengan ikhlas, perhatian, sabar, dewasa dan telaten dengan mengawasi perilaku anaknya. Salah satu contoh subjek HC dalam mengelola emosi marah dapat dilihat dari kutipan wawancara yang peneliti lakukan dengan subjek HC Ketika ditanya tentang menangani emosinya saat anaknya tidak mau menurut.”*Pertama ya lumrah manusia mbak ya pasti marah kayak nyubit nggak mungkin nggak keluar. Aku sudah nge-rem gitu tapi ndak bisa. Kadang dia tak gini-in terus dia bilang “sakit”*”(Wawancara 10 april 2014). Berdasarkan uraian diatas maka peneliti akan mengkaji regulasi emosi pada ibu dengan anak penyandang autis. Hal tersebut dimaksudkan agar peneliti dapat mengetahui gambaran emosi, bentuk strategi regulasi emosi pada ibu yang mempunyai anak autis dalam mengasuh anaknya, dan hal-hal yang berkaitan dengan hal tersebut.

B. FOKUS MASALAH

Berdasarkan pada latar belakang diatas maka fokus penelitian yang dapat diajukan adalah :

1. Apa saja gambaran emosi pada ibu yang mempunyai anak autis?
2. Bagaimana bentuk strategi regulasi emosi ibu yang mempunyai anak autis?
3. Apa saja aspek regulasi emosi yang terdapat pada ibu yang mempunyai anak autis?
4. Proses regulasi emosi apa saja yang terdapat pada ibu yang mempunyai anak autis?

5. Faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi strategi regulasi emosi ibu yang mempunyai anak autisme?

C. KEASLIAN PENELITIAN

Untuk mendukung penelitian ini, peneliti menemukan beberapa kajian riset terdahulu mengenai variabel regulasi emosi yang dijadikan sebagai pedoman dalam penelitian ini. Penelitian mengenai regulasi emosi pada ibu yang mempunyai anak autisme memang belum banyak dilakukan. Penelitian tentang regulasi emosi yang telah diteliti, diantaranya:

Penelitian yang telah dilakukan oleh Erlina Listyanti Widuri (2010) mengenai “Kepribadian Big Five & Strategi Regulasi Emosi Ibu Anak ADHD” yaitu dapat disimpulkan dari hasil analisa kuantitatif bahwa model kepribadian *big five* berperan terhadap strategi regulasi emosi dan dari analisa kualitatif bahwa kelompok dukungan dibutuhkan subjek untuk berbagi pengalaman dengan ibu-ibu lain yang mempunyai anak ADHD.

Penelitian Afshyus Salamah (2008) mengenai “Gambaran Emosi dan Regulasi Emosi pada Remaja yang Memiliki Saudara Kandung Penderita Autisme” yaitu dapat disimpulkan bahwa emosi-emosi yang dirasakan saudara kandung sangat beragam. Emosi amarah, sedih, cinta dan harapan dirasakan hampir seluruhnya dirasakan subjek yang berkaitan dengan tingkah laku dan kondisi. Strategi regulasi emosi yang digunakan adalah *acceptance*, *blaming other* dan seterusnya.

Penelitian M. Nisfianoor (2004) mengenai “Hubungan Antara Regulasi Emosi dan Penerimaan Kelompok Teman Sebaya Pada Remaja” dapat

disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara penerimaan kelompok teman sebaya dengan regulasi emosi pada remaja.

Berdasarkan penelitian diatas, persamaan dengan penelitian yang telah ada dengan penelitian yang akan dilakukan mengenai regulasi emosi pada ibu yang mempunyai anak autis. Akan tetapi letak perbedaan penelitian dengan penelitian terdahulu terletak pada metode yang digunakan dan subjek penelitian yang digunakan karena penelitian yang terdahulu menggunakan metode kualitatif jenis studi kasus dan subjek penelitian adik anak penyandang autis sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan metode kualitatif jenis fenomenologi dan subjek penelitian dilakukan pada ibu yang mempunyai anak autis. Pada penelitian ini ibu yang mempunyai anak penyandang autis menjadi subjek utama (*key informan*) dan keluarga menjadi *significant others*.

D. TUJUAN PENELITIAN

Adapun dari pemaparan diatas maka penelitian yang akan dilakukan ini bertujuan untuk :

1. Untuk mengetahui gambaran emosi ibu yang mempunyai anak autis
2. Untuk mengetahui bentuk strategi regulasi emosi ibu yang mempunyai anak autis
3. Untuk mengetahui aspek regulasi emosi yang terdapat pada ibu yang mempunyai anak autis
4. Untuk mengetahui proses regulasi emosi yang terdapat pada ibu yang mempunyai anak autis

5. Untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi regulasi emosi pada ibu yang mempunyai anak autis

E. MANFAAT PENELITIAN

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat berupa :

1. Manfaat teoritis
 - a) Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi perkembangan terkait dengan psikologi klinis.
 - b) Selain itu hasil penelitian ini juga diharapkan bisa digunakan oleh peneliti selanjutnya yang ingin meneliti kasus dengan aspek yang hampir sama sebagai pemahaman awal bagaimana menghadapi dan melakukan pendekatan terhadap orang tua yang memiliki anak autis mengingat hal tersebut sangat sensitif.
2. Manfaat praktis
 - a) Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi masyarakat untuk memahami berbagai gejala emosi khususnya ibu yang mempunyai anak penyandang autisme dan peduli, serta tidak lagi melakukan diskriminasi terhadap anak penyandang autisme.
 - b) Bagi orang tua agar mendapatkan pemahaman lebih tentang emosi dan penanggulangannya.
 - c) Sebagai sumbangan pemikiran bagi dunia ilmu pengetahuan pada umumnya dan khususnya pengembangan anak berkebutuhan khusus dalam lingkungan keluarga maupun sekolah.

F. SISTEMATIKA PEMBAHASAN

Pada sistematika pembahasan ini akan di uraikan garis besar tentang pokok bahasan dalam setiap bab penelitian. Pada bagian awal dalam penelitian ini diuraikan halaman judul, halaman persetujuan pembimbing, halaman pengesahan tim penguji, halaman persembahan, kata pengantar, abstrak, daftar isi, daftar table dan daftar lampiran.

BAB 1: PENDAHULUAN berisi tentang konteks penelitian (latar belakang), fokus penelitian, keaslian penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika pembahasan ini sendiri.

BAB II: KAJIAN PUSTAKA berisi tentang emosi, regulasi emosi, dan autism, regulasi emosi ibu yang mempunyai anak autis, kerangka teori.

BAB III: METODE PENELITIAN berisi tentang pendekatan dan jenis penelitian, kehadiran penelitian, lokasi penelitian, sumber data, prosedur pengumpulan data, analisis data, pengecekan keabsahan temuan.

BAB IV: HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN berisi tentang setting penelitian, hasil penelitian yang terdiri dari deskripsi temuan penelitian dan hasil analisis data, dan pembahasan.

BAB V: PENUTUP berisi kesimpulan dan saran. Penutup ini memuat temuan pokok atau kesimpulan, implikasi dan tindak lanjut penelitian, serta saran-saran atau rekomendasi yang diajukan.

Bagian akhir dalam penelitian ini adalah daftar pustaka yang menjadi daftar bahan atau sumber bahan yang dapat berupa buku teks, artikel dalam jurnal, surat kabar, skripsi, dan sebagainya.