

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Hadirnya seorang anak dalam keluarga merupakan harapan terbesar dari pasangan suami istri (Pradana & Kustanti, 2017). Lebih lanjut Mangunsong (1998) mengatakan bahwa anak merupakan sumber kebahagiaan terbesar bagi pasangan suami istri setelah menikah. Setiap orang tua tentu berharap anak yang lahir akan tumbuh dan berkembang dengan sempurna, namun tidak semua proses pertumbuhan dan perkembangan anak sesuai dengan apa yang diharapkan oleh orang tua (Pradana & Kustanti, 2017). Beberapa anak memperlihatkan gejala abnormalitas dalam perkembangannya sejak usia dini, salah satunya adalah autisme (Saichu & Listiyandini, 2018).

Berdasarkan data dari Bina Kesehatan Jiwa Kementerian Kesehatan, diperkirakan terdapat 112.000 anak di Indonesia menyandang autisme dengan rentan usia 5-19 tahun. Prevalensi autisme 1,68 per 1000 penduduk untuk usia di bawah 15 tahun, dengan jumlah keseluruhan anak penyandang autisme usia 5-19 tahun berkisar 66.000.805 jiwa (Kemenkes, 2013). Dengan demikian dari banyaknya data yang di sebutkan, dapat di simpulkan bahwa tidak sedikit orang tua yang memiliki anak autisme.

Maslim (2013) mendefinisikan autisme sebagai gangguan perkembangan pervasif yang ditandai dengan adanya kelainan atau hendaya perkembangan yang muncul pada sebelum usia tiga tahun dengan ciri kelainan fungsi interaksi sosial,

komunikasi, dan perilaku yang terbatas berulang. Sedangkan Prasetyono (2008) mengatakan bahwa autisme atau biasa disebut dengan (*autistic spectrum disorder*) merupakan gangguan perkembangan fungsi otak yang kompleks dan bervariasi yang meliputi cara berkomunikasi, berinteraksi sosial, dan kemampuan berimajinasi. Dengan keadaan anak yang mengalami autis tersebut, memungkinkan untuk ibu lebih rentan merasa kecewa, sedih, dan malu memiliki anak autis karena merasa yang paling bertanggung jawab terhadap apa yang dialami oleh anaknya (Lestari & Mariyati, 2015).

Hal tersebut dapat menyebabkan orang tua, khususnya ibu memiliki level stres yang lebih tinggi karena ada perasaan untuk melindungi anak secara berlebihan, perasaan bersalah, bingung dan malu dengan tetangga atau orang di lingkungan tempat tinggalnya (Somantri, 2006). Selain itu, ibu yang belum mampu menerima memiliki anak dengan gangguan autis sering mengalami konflik di dalam dirinya, seperti sedih berkepanjangan, merasa memikul beban yang berat sendiri, dan merasa berat menjalani hidup yang mengakibatkan perasaan tidak puas dengan pencapaian terhadap penerimaan dirinya terhadap kondisi yang dialami (Faradina, 2016). Perasaan yang ditimbulkan tersebut dapat membawa ibu ke resiko yang lebih tinggi untuk mengalami tekanan psikologis, masalah penyesuaian diri dan rendahnya tingkat *psychological well being* (Hayat & Zafar, 2015).

Menurut Ryff (1989), *psychological well being* merupakan istilah yang digunakan untuk menggambarkan kesehatan psikologis individu berdasarkan pemenuhan kriteria dari fungsi psikologi positif yaitu kemampuan individu untuk

menerima kelebihan dan kekurangan diri, menciptakan hubungan positif dengan orang lain, memiliki kemandirian, memiliki kemampuan penguasaan lingkungan yang baik sesuai dengan kebutuhannya, memiliki tujuan hidup agar lebih bermakna, dan memiliki kemampuan pengembangan diri yang baik. Sedangkan Snyder & Lopez (2002) menyatakan bahwa *psychological well being* adalah kondisi dimana individu tidak hanya merasa ketidak-adaan penderitaan dalam diri tetapi juga keterikatan aktif dalam dunia, memahami arti dan tujuan dalam hidup serta hubungannya dengan objek atau orang lain. Menurut Ryff (1989), *psychological well being* terbagi menjadi beberapa dimensi, antara lain penerimaan diri (*self acceptance*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*), kemandirian (*autonomy*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), tujuan dalam hidup (*purpose in life*), dan pertumbuhan pribadi (*personal growth*).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Putri (2013) dengan subjek ibu sebagai *caregiver* dari anak dengan *autism spectrum disorders*, menunjukkan bahwa sebanyak (62,16%) partisipan memiliki skor *psychological well being* di bawah rata-rata, sedangkan sebanyak (37,84) partisipan memiliki skor *psychological well being* di atas rata-rata. Hal tersebut menunjukkan penerimaan diri, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan dalam hidup, hubungan yang positif dengan orang lain serta pertumbuhan pribadi yang kurang pada subjek. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa *psychological well being* pada ibu yang memiliki anak autis tergolong dalam kategori rendah.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan peneliti kepada 4 orang ibu yang memiliki anak autis pada tanggal 27 November 2019 sekitar pukul 10.00 Waktu Indonesia Barat yang bertempat di Griya Fisioterapi Bunda Novi Sleman. Hasil wawancara menunjukkan bahwa 4 ibu merasa sedih, kecewa dan merasa bersalah dengan kondisi masa lalunya karena telah melahirkan anak yang mengalami autis, serta belum sepenuhnya menerima keadaan bahwa anaknya autis, selain itu ibu juga terkadang merasa kurang percaya diri karena kondisi yang di alami anaknya. Ini mengindikasikan pada dimensi penerimaan diri (*self acceptance*) yang kurang pada ibu. Selain itu, 4 ibu tersebut juga lebih memilih mengurangi kegiatan dengan lingkungan karena merasa khawatir dengan keadaan anaknya jika anaknya mengganggu, ibu juga lebih memilih berada di rumah saja dari pada harus mengikuti kegiatan bersama. Hal ini mengindikasikan pada dimensi hubungan positif dengan orang lain (*positive relationship with other*) yang kurang pada ibu.

Kemudian 4 ibu tidak berani mengambil keputusan untuk dirinya sendiri terlebih untuk urusan anaknya, para ibu lebih mempertimbangkan saran serta bantuan dari orang lain untuk setiap keputusan yang akan di ambil terlebih hal yang menyangkut anaknya karena takut jika salah dalam mengambil keputusan. Hal tersebut mengindikasikan kurangnya otonomi (*autonomy*) yang baik pada ibu. Selanjutnya, 3 ibu terkadang merasa lelah dengan kondisi yang dihadapinya, partisipan juga lebih memilih banyak diam ketika banyak yang menanyakan kondisi yang sedang dihadapi baik dirinya maupun anaknya dibandingkan harus banyak menjelaskan kepada orang lain, mengindikasikan bahwa ibu kurang memiliki penguasaan lingkungan

(*environmental mastery*) yang baik. Lebih lanjut 3 ibu belum mengetahui apa yang harus dilakukan untuk masa depan anaknya ketika awal mengetahui sang anak mengalami autisme, ibu juga membiarkan anaknya karena merasa terpuak dengan kondisi yang menimpa dirinya dan anaknya. Ini berarti mengindikasikan kurangnya dimensi tujuan hidup (*purpose in life*) pada ibu. Terakhir 4 ibu tidak mengetahui potensi apa yang terdapat dalam dirinya, sehingga ibu hanya beranggapan untuk menjalani saja apa yang telah di peroleh tanpa memikirkan lebih. Hal ini menunjukkan dimensi pertumbuhan pribadi (*personal growth*) yang kurang pada ibu.

Dari hasil wawancara yang dilakukan berdasarkan dimensi *psychological well being* tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa kurangnya kemampuan untuk menghadapi situasi yang dihadapi, adanya ketidak percayaan diri, pengurangan intensitas berkegiatan dengan lingkungan, pertimbangan masukan dari orang lain untuk setiap keputusannya dapat menyebabkan tidak terbentuknya fungsi psikologi positif dalam diri ibu yang memiliki anak autisme sehingga kesejahteraan psikologis (*psychological well being*) pada ibu yang memiliki anak autisme akan rendah.

Harapannya ibu yang memiliki anak autisme dapat mencapai kesejahteraan psikologis dalam dirinya sebagai pemenuhan dari fungsi psikologis berdasarkan dimensi *psychological well being* antara lain penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan dalam hidup, dan pertumbuhan pribadi (Ryff, 1989). Gambaran pencapaian kesejahteraan psikologis yang di harapkan bisa di capai oleh ibu yang memiliki anak autisme seperti mampu bersosialisasi dengan baik dengan lingkungan, memahami dan menerima segala

kekurangan yang ada dalam dirinya maupun anaknya, memiliki empati dan dukungan yang hangat dengan orang lain, menyadari potensi dengan mengarahkan anak sesuai dengan kemampuan anak, dan mampu menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kebutuhan dirinya (Sa'diyah, 2016). Namun pada kenyataannya, ibu yang memiliki anak autis belum mencapai pemenuhan kebutuhan fungsi psikologis tersebut.

Pentingnya untuk dilakukan penelitian tentang *psychological well being* pada orang tua khususnya pada ibu yang memiliki anak autis karena dapat berdampak pada kualitas hidup ibu dan proses pengasuhan pada anak. Ryff (1989) mengatakan bahwa orang yang memiliki skor *psychological well being* rendah akan kesulitan dalam mengatur urusan sehari-hari, merasa tidak mampu untuk mengubah atau meningkatkan kualitas lingkungan di sekitarnya, dan kurang memiliki kontrol terhadap lingkungannya. Keadaan mengasuh anak dengan *spectrum autism* membawa dampak yang signifikan bagi *psychological well being* orang tua (Phetrasuwan & Miles, dalam Serrata 2012). Penelitian yang dilakukan oleh Wei Wei Lai, dkk (2015) menyatakan bahwa dampak dari rendahnya kesejahteraan psikologis (*psychological well being*) dapat menyebabkan orang tua mudah stress dan depresi sehingga membuat ibu merasa tidak puas dengan dirinya, merasa bersalah, serta tidak mampu untuk melawan tekanan sosial. Orang tua dengan *psychological well being* yang kurang baik akan merasa terperosok dalam kehidupan mereka dan memandang bahwa mengasuh anak dengan autisme merupakan suatu tuntutan bagi mereka (Larson, 2010).

Menurut Diener, dkk (2009) menyatakan bahwa seseorang yang memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi akan mendukung kesehatan yang lebih baik,

memperpanjang usia, meningkatkan harapan serta kualitas hidup yang baik. Selain itu, kesejahteraan psikologis yang tinggi berkaitan dengan mekanisme pertahanan diri dan pengolahan stres yang tepat untuk menghadapi suatu kondisi yang di alami individu, pengembangan diri jangka panjang dan berkelanjutan dalam peningkatan kesehatan mental serta kepuasan hidup pada seseorang (Faramarzi, 2017). Oleh sebab itu, penting bagi ibu yang memiliki anak autis dalam meningkatkan *psychological well being* karena memiliki dampak yang positif bagi dirinya.

Ryff & Keyes (1995) mengemukakan bahwa kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) seseorang di pengaruhi oleh beberapa faktor antara lain dukungan sosial, evaluasi terhadap pengalaman hidup, *locus of control* (LOC), dan faktor demografis yang meliputi (usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi, dan budaya). Berdasarkan faktor-faktor tersebut, peneliti memilih dukungan sosial keluarga sebagai faktor yang mempengaruhi *psychological well being*. Dukungan sosial keluarga merupakan salah satu sumber dari dukungan sosial (Sarafino & Smith, 2011). Pemilihan faktor tersebut berdasarkan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya oleh Rusyanti (2017) yaitu dukungan sosial berpengaruh positif terhadap *psychological well being* wanita dewasa madya. Penelitian lain dilakukan oleh Reninta (2013) yang menyatakan bahwa dukungan sosial keluarga memberikan pengaruh terhadap *psychological well being* pada siswa di SMP Negeri 16 Surakarta. Selain itu dalam penelitian yang dilakukan Nugroho (2020) menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial keluarga dengan *psychological well-being* pada narapidana anak di lapas kelas 1 Kutoarjo. Selain itu, peneliti ingin

mengetahui lebih lanjut mengenai dukungan sosial keluarga kaitannya dengan *psychological well-being* pada ibu yang memiliki anak autis yang menjadi subjek dalam penelitian ini.

Menurut Cohen & Sme (dalam Harnilawati, 2013) dukungan sosial adalah suatu keadaan yang bermanfaat bagi individu yang diperoleh dari orang-orang disekitarnya, sehingga dirinya merasa diperhatikan, dihargai dan dicintai. Gochman (dalam Putri, 2013) menunjukkan bahwa individu yang memperoleh dukungan sosial lebih sehat dibandingkan individu yang tidak mendapatkan dukungan sosial. Robinson, dkk (1991) menyatakan bahwa individu yang mendapat dukungan sosial dari orang-orang yang berharga di sekitarnya memiliki tingkat *psychological well being* yang tinggi.

Menurut Sarafino & Smith (2011) menjelaskan bahwa dukungan sosial adalah tindakan yang dirasakan oleh seseorang akan adanya pengertian, penghargaan, kepedulian dan bantuan yang diterima dari orang lain atau lingkungan disekitarnya. Sedangkan menurut Dimatteo (dalam Peristianto & Lestari, 2018) dukungan sosial adalah bantuan yang berasal dari orang lain seperti teman, keluarga, tetangga, rekan kerja, dan lain-lain. Dukungan keluarga adalah sikap, tindakan, penerimaan keluarga terhadap anggotanya, selalu mendukung serta selalu siap memberikan pertolongan dan bantuan jika di perlukan (Friedman dalam Setiadi, 2008). Berdasarkan uraian diatas, dapat di simpulkan bahwa dukungan sosial keluarga adalah dukungan yang berasal dari keluarga atau orang terdekat berupa kepedulian, rasa aman dan nyaman, penghargaan dan pertolongan.

Menurut Davis (dalam Pratiwi, 2009) seseorang yang memiliki *psychological well being* tinggi adalah individu yang juga mendapatkan dukungan sosial. Dukungan sosial merupakan faktor penting dalam merawat anak dengan gangguan autisme (Pradana & Kustanti, 2017). Penelitian yang telah dilakukan oleh Abbeduto, dkk (2004) menunjukkan bahwa ibu yang memiliki anak autis *memiliki psychological well being* yang lebih rendah dikarenakan memiliki tingkat stres yang lebih besar yang disebabkan kurangnya dukungan sosial. Sementara itu, Taylor (1997) mengungkapkan bahwa dukungan sosial dari individu lain dapat melindungi individu dari akibat stress.

Sarafino & Smith (2011) menjelaskan bahwa dukungan sosial terdiri dari empat aspek, yaitu dukungan emosional atau penghargaan, dukungan nyata atau instrumental, dukungan informasi, dukungan jaringan sosial. Olson & Defrain (2003) menyatakan bahwa tersedianya dukungan sosial secara umum akan meningkatkan kesejahteraan psikologis dan kualitas kehidupan keluarga. Adanya dukungan sosial yang tinggi yang diberikan oleh keluarga dan orang terdekat dapat membuat individu merasa diterima, diperhatikan, dihargai dan dicintai, sehingga konsep diri, kepercayaan diri dan evikasi diri akan berkembang (Susilowati, 2007). Dengan berbagai dukungan yang diperoleh dari keluarga dan orang terdekat ibu yang memiliki anak autis akan lebih merasa terbantu dan merasa tenang dalam menyelesaikan setiap masalah yang di hadapinya terutama saat merawat anaknya, sehingga ibu bisa menjalankan hidupnya secara optimal yang akan meningkatkan *psychological well being* pada ibu yang memiliki anak autis.

Ibu yang memiliki anak autis yang kurang mendapatkan dukungan sosial keluarga dan orang terdekatnya dapat berdampak pada sikap penerimaan ibu pada anaknya sehingga kondisi anak semakin terabaikan (Davis & Carter, 2008). Selain itu, kurangnya dukungan sosial keluarga yang diterima ibu yang memiliki anak autis akan menyebabkan ibu lebih rentan merasakan kesepian, mudah putus asa dengan keadaannya, kurangnya kepercayaan diri serta lebih sulit dalam mengambil keputusan dalam setiap masalah yang di hadapinya sehingga menyebabkan kurang optimalnya pemenuhan fungsi psikologis pada ibu yang dapat menyebabkan rendahnya *psychological well being* pada ibu yang memiliki anak autis.

Berdasarkan penjelasan latar belakang yang telah dijelaskan diatas peneliti bertujuan untuk mengkaji lebih dalam lagi mengenai hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan *psychological well being* pada ibu yang memiliki anak autis di Yogyakarta. Adapun rumusan masalah yang diajukan peneliti adalah: apakah ada hubungan dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada ibu yang memiliki anak autis?

B. Tujuan Penelitian dan Manfaat penelitian

1. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan permasalahan, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan sosial keluarga dengan *psychological well-being* pada ibu yang memiliki anak autis.

2. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat teoritis maupun praktis. Adapun manfaat tersebut adalah :

a. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu psikologi khususnya dalam ilmu psikologi sosial-klinis dan perkembangan.

b. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan acuan bagi ibu yang memiliki anak autisme untuk mengoptimalkan *psychological well-being* dalam diri. Selain itu, dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan mengenai pentingnya dukungan sosial khususnya yang berasal dari keluarga atau orang terdekat untuk memaksimalkan peran dari setiap individu dalam kehidupan sehari-hari sebagai upaya untuk meningkatkan *psychological well-being* pada ibu yang memiliki anak autisme.