

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Permasalahan**

Semua manusia yang lahir di dunia merupakan buah dari kasih Sang Kuasa dan tidak ada manusia di dunia yang diciptakan sempurna. Sama halnya kehadiran seorang anak yang sangat diharapkan orang tua. Orang tua menginginkan anaknya dapat tumbuh dan berkembang dengan sehat baik fisik maupun psikis. Namun tidak semua anak dilahirkan dan tumbuh dalam keadaan normal. Beberapa diantaranya tumbuh dan berkembang dengan keterbatasan atau kekhususan yang telah dialami sejak awal masa perkembangan. Anak-anak yang memiliki keterbatasan atau kekhususan dapat dikatakan sebagai anak berkebutuhan khusus. Menurut Biro Pusat Statistik (2009) Indonesia memiliki Anak Berkebutuhan Khusus sebesar 1,48juta (0,7%) dari jumlah penduduk. Pada tahun 2017 jumlah ABK mencapai 1,6juta (dilansir dari Kementerian Pendidikan dan Budaya go.id). Dari banyaknya data jumlah ABK di atas dapat dilihat bahwa tidak sedikit orang tua yang memiliki ABK.

Menurut Mangungsong (2009) anak berkebutuhan khusus adalah anak-anak yang mengalami hambatan pada kondisi fisik, kognitif, psikologis atau sosial dalam mencapai kebutuhan dan potensinya secara maksimal. Kelompok yang termasuk dalam anak berkebutuhan khusus, antara lain tunanetra, tunarungu, tunagrahita, tunalaras, tunadaksa, *slow learner*, dan anak-anak yang berbakat dengan inteligensi tinggi. Sebagaimana telah disebutkan sebelumnya, salah satu anak berkebutuhan

khusus yaitu anak tunagrahita. Dalam hal ini, anak tunagrahita memiliki fungsi kognitif dan kemampuan adaptif yang terbatas (Mangungsong, 2009). Soemantri (2006) menyatakan anak tunagrahita merupakan kondisi dimana anak mengalami hambatan dalam perkembangan kecerdasannya sehingga tidak mencapai tahap perkembangan yang optimal. Menurut *American Association on Mental Retardation* (dalam Mangungsong, 2009) anak tunagrahita mengalami kelemahan kognitif yang muncul pada masa anak-anak (sebelum usia 18 tahun) yang ditandai dengan fungsi kognitif dibawah normal (IQ 70-75 atau kurang) dan keterbatasan fungsi adaptif seperti berbicara, keterampilan merawat diri, berbahasa, keterampilan sosial, dan bekerja. Dari pernyataan tersebut, membuat orang tua yang memiliki anak tunagrahita lebih sering mengalami masalah dalam pengasuhannya, karena anak memiliki ketergantungan yang sangat besar terhadap orang tua dimana anak harus selalu dibimbing dan diawasi. Menurut Soemantri (2006), orang tua yang memiliki anak tunagrahita memiliki perasaan untuk melindungi anak secara berlebihan, perasaan bersalah, bingung dan malu dengan tetangga.

Memiliki anak tunagrahita merupakan beban berat bagi orang tua baik secara fisik atau mental. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Schieve (2007), dalam penelitiannya didapatkan hasil bahwa orang tua yang memiliki hambatan perkembangan mental memiliki tingkat kemarahan dan stress yang lebih tinggi (44%) dibanding orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus tanpa gangguan perkembangan mental (12%) dan orang tua dengan anak normal (11%). Anak tunagrahita termasuk masuk dalam anak dengan gangguan perkembangan mental. Dalam mengasuh anak tunagrahita, orang tua khususnya ibu merasakan

dampak yang lebih besar dibanding ayah. Karena ibu merupakan figur terdekat dengan anak, ibu juga merupakan seorang yang lebih banyak mencurahkan waktu dan energi untuk membesarkan anak sebaliknya ayah lebih terfokus pada finansial dalam membesarkan anak (Ghonyah & Savira, 2015). Sehingga, permasalahan lebih sering dirasakan pada ibu yang memiliki anak tunagrahita. Dalam penelitian yang dilakukan Kristiana (2017), menunjukkan stres pengasuhan masih tergolong tinggi (90%) pada ibu yang memiliki anak dengan hambatan kognitif. Dampak dari stres pengasuhan tersebut, dapat mempengaruhi *psychological well-being* ibu. Ditunjukkan dalam penelitian Friedrich dan Friedrich (dalam Ravindranadan & Raju, 2007) menemukan bahwa orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus memiliki kepuasan pernikahan yang rendah, dukungan sosial yang rendah, dan *psychological well-being* yang rendah.

Menurut Ryff (1989) *psychological well-being* adalah sebagai suatu kondisi dimana individu yang memiliki sikap yang positif terhadap diri sendiri atau orang lain, dapat membuat keputusan sendiri dan mengatur tingkah lakunya sendiri, dapat menciptakan dan mengatur lingkungan yang kompatibel dengan kebutuhannya, memiliki tujuan hidup dan membuat hidup mereka lebih bermakna, serta berusaha mengeksplorasi dan mengembangkan dirinya.

Menurut Ryff & Kayes (1995), *psychological well-being* merupakan istilah yang digunakan untuk menggambarkan kesehatan psikologis individu berdasarkan pemenuhan kriteria fungsi psikologis positif (*positive psychological functioning*). Ada enam dimensi yang dipaparkan Ryff (1989) dalam menyusun skala *psychological well-being*, antara lain: penerimaan diri (*self acceptance*), hubungan

positif dengan orang lain (*positive relations with others*), kemandirian (*autonomy*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), tujuan hidup (*purpose in life*), dan pengembangan pribadi (*personal growth*).

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan Lazzaroni (2013) menunjukkan tingkat *psychological well-being* pada ibu yang memiliki anak tunagrahita berada pada kategori rendah sebesar 48,8%. Hal ini menggambarkan ibu yang memiliki anak tunagrahita kurang dapat menerima keadaan diri dan kondisi anaknya, kurang mampu membina hubungan yang positif dengan orang lain, tidak mandiri dan bergantung kepada orang lain, kurang mampu dalam mengelola lingkungan sekitar, belum menentukan arah dan tujuan hidup ke depan dan tidak bertumbuh secara pribadi, serta kurang membuka diri dan merasa tidak puas dengan kehidupan yang dimiliki.

Data hasil dari wawancara peneliti yang dilakukan pada Jumat-Sabtu, 3-4 Agustus 2018 dengan 5 ibu yang memiliki anak tunagrahita di SLB PGRI Sumbersari. Hasil wawancara menunjukkan 3 dari 5 ibu yang memiliki anak tunagrahita masih memiliki *psychological well-being* yang rendah. Hal ini ditunjukkan dari aspek-aspek *psychological well-being* yang belum terpenuhi antara lain, aspek penerimaan diri, beberapa ibu menjawab sedih karena anaknya berbeda dengan saudara atau teman yang lainnya meskipun sang ibu tetap berproses untuk menghapus rasa sedih tersebut.

Otonomi, pada aspek ini individu diharapkan mampu mengambil keputusan secara mandiri, mampu melawan tekanan sosial, berperilaku sesuai dengan standar nilai individu itu sendiri. Jawaban yang diberikan saat peneliti bertanya apa yang

dilakukan ibu ketika anaknya diejek oleh lingkungan? 3 dari 5 ibu yang memiliki anak tunagrahita menjawab marah, diam, dan pergi. Hal ini menunjukkan ibu belum mampu melawan tekanan sosial saat menghadapi masalah tersebut. Kurangnya hubungan baik dengan orang lain, hal ini diakui ibu yang memiliki anak tunagrahita menyatakan kurang dekat dengan tetangga dan lingkungannya, lebih banyak melakukan aktivitas di dalam rumah.

Pada aspek penguasaan lingkungan, ibu yang memiliki anak tunagrahita menjawab bahwa anaknya tidak mampu untuk mengikuti keadaan yang ada di lingkungannya. Seperti kegiatan agustusan, ibu memilih untuk tidak mengikutsertakan anaknya berlomba karena ibunya berpikir lomba itu akan menyulitkan anaknya. Pada aspek tujuan hidup, 3 dari 5 ibu yang memiliki anak tunagrahita lebih berfokus untuk menjaga anaknya agar tidak diejek dengan lingkungan dengan demikian ibu yang memiliki anak tunagrahita tidak memiliki tujuan lain dari hidupnya. Sebagai seorang ibu, tentunya banyak tantangan yang harus dihadapi terlebih tantangan memiliki anak tunagrahita. Pada aspek perkembangan pribadi, ibu yang memiliki anak tunagrahita belum mampu untuk mengembangkan potensi yang ada dalam dirinya karena ibu merasa tidak penting untuk mempelajari hal baru. Ibu merasa waktunya tidak cukup untuk melakukan kegiatan lain, karena waktu yang ada digunakan untuk mengasuh anak tunagrahita dan mengurus pekerjaan rumah.

Dapat disimpulkan dari wawancara yang telah dilakukan, bahwa kurangnya hubungan baik dengan orang lain, penerimaan diri, otonomi, tujuan hidup, penguasaan lingkungan dan perkembangan personal dapat mengarahkan individu

pada kondisi mental yang kurang baik dan tidak terbentuknya fungsi psikologis yang positif dalam diri. Hal ini menjadikan *psychological well-being* pada diri ibu yang memiliki anak tunagrahita menjadi rendah.

Harapannya adalah ibu yang memiliki anak tunagrahita juga berusaha untuk mencapai kesejahteraan dalam dirinya (Ratnayanti & Wahyuningrum, 2016). Dimana *psychological well-being* merupakan pemenuhan dari fungsi psikologis, yang mencakup penerimaan kelemahan dan kelebihan dirinya, mandiri, mampu membina hubungan positif dengan orang lain, mampu memodifikasi lingkungan agar sesuai dengan keinginannya, memiliki tujuan hidup, serta dapat terus mengembangkan pribadinya (Ryff & Kayes, 1995). Namun pada kenyataannya ibu yang memiliki anak tunagrahita belum mencapai pemenuhan dalam fungsi psikologis tersebut.

Penelitian mengenai *psychological well-being* pada ibu yang memiliki anak tunagrahita adalah hal yang penting untuk diteliti karena akan berdampak pada pola pengasuhan anak dan pembentukan fungsi psikologis yang positif dalam diri sendiri. Berdasarkan penelitian Sa'diyah (2016) ditemukan hasil bahwa individu yang memiliki *psychological well-being* tinggi mampu meredam stres pengasuhan. Juga dari penelitian yang dilakukan oleh Lai, Goh, Oei, Sung (2015) menyatakan dampak dari rendahnya kesejahteraan secara psikologi menyebabkan orang tua mudah stres dan depresi sehingga membuat ibu merasa tidak puas dengan dirinya, merasa bersalah, serta tidak mampu untuk melawan tekanan sosial.

Menurut beberapa penelitian sebelumnya, tinggi rendahnya *psychological well-being* seseorang dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain dukungan

sosial (dalam Pradana & Kustanti, 2017), kepribadian (Huppert, 2009), religiusitas (dalam Pargamen, 2001), dan faktor demografis (Ryff & Kayes, 1995). Dari faktor-faktor yang mempengaruhi *psychological well-being* ini, peneliti memilih dukungan pasangan (suami) sebagai faktor yang berpengaruh terhadap *psychological well-being* dalam penelitian ini. Dukungan pasangan (suami) merupakan salah satu sumber dari dukungan sosial (Sarafino & Smith, 2011). Pemilihan tersebut berdasarkan penelitian sebelumnya yang dilakukan Pradana & Kustanti (2017) yang menyatakan bahwa dukungan suami dapat meningkatkan *psychological well-being* ibu. Penelitian lain juga dilakukan oleh Tusya'ni & Aliyah (2007) menunjukkan adanya hubungan positif antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis ibu yang bekerja.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah penulis lakukan sebelumnya di sekolah pada tanggal 3-4 Agustus 2018 dapat disimpulkan bahwa ibu yang memiliki anak tunagrahita membutuhkan dukungan dari suami untuk membantu mengasuh anak, memotivasi ibu, serta mengurus rumah. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Susilowati (2007) dimana dukungan sosial yang tinggi dapat membuat individu merasa diterima, diperhatikan, dihargai dan dicintai, sehingga konsep diri, kepercayaan diri dan efikasi diri individu berkembang terlebih dukungan yang di dapatkan adalah dari pasangan.

Dukungan pasangan (suami) merupakan salah satu sumber dari dukungan sosial. Menurut Sarafino & Smith (2011) dukungan sosial merujuk pada kenyamanan, kepedulian, harga diri atau segala bentuk bantuan yang diterima individu dari orang lain atau kelompok. Dukungan suami adalah dorongan untuk

memotivasi istri, baik secara moral maupun material (Bobak dalam Rahmadita, 2013). Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa dukungan suami adalah dukungan yang dirasakan istri baik secara moral maupun material sebagai bentuk perhatian, kepedulian, dan pertolongan.

Menurut Davis (dalam Pratiwi, 2009) seseorang yang memiliki *psychological well-being* yang tinggi adalah individu-individu yang mendapatkan dukungan sosial. Sama halnya dengan seorang ibu yang memiliki anak tunagrahita memiliki kebutuhan tinggi untuk mengurus anaknya. Dari hal ini, ibu membutuhkan dukungan dari suaminya, agar ibu bisa memiliki *psychological well-being* yang tinggi sehingga mengurangi stres pada ibu yang memiliki anak tunagrahita.

Menurut Sarafino & Smith (2011), aspek-aspek dari dukungan sosial yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informasi. Seseorang yang memiliki dukungan sosial yang baik, terutama dari pasangan (suami) akan ditandai dengan adanya rasa dicintai, diberikan pujian, motivasi, mengasuh anak bersama, serta memberikan informasi terkait pendidikan yang sesuai untuk anak tunagrahita. Dengan mendapatkan dukungan-dukungan tersebut, ibu akan merasa terbantu dalam mengasuh anak sehingga, ibu dapat mengoptimalkan fungsi psikologis yang ada di dalam dirinya dan membuat *psychological well-being* ibu menjadi tinggi. Penelitian yang dilakukn Gochman (dalam Putri, 2013), menunjukkan individu yang memperoleh dukungan sosial lebih sehat dibandingkan individu yang tidak mendapatkan dukungan sosial. Hal ini berarti, seorang ibu yang tidak mendapatkan dukungan dari suami, akan memiliki rasa kesepian, merasa tak berdaya dalam mengasuh anak, merasa berat

saat menghadapi permasalahan, serta tidak memiliki solusi atas permasalahan yang dihadapinya. Ketika ibu merasakan hal-hal tersebut, membuat ibu tidak dapat mengoptimalkan secara penuh fungsi psikologis yang ada dalam dirinya dan *psychological well-being* ibu menjadi rendah .

Berkaitan dengan hal-hal yang telah dijabarkan tersebut, peneliti mencoba menghubungkan dukungan suami dengan *psychological well-being* pada ibu yang memiliki anak tunagrahita. Individu yang memiliki *psychological well-being* tinggi disebabkan karena adanya adanya dukungan suami yang diterima.

Berdasarkan uraian di atas, dapat dirumuskan masalah penelitian yang akan diajukan, yaitu Apakah terdapat hubungan antara dukungan suami dengan *psychological well-being* pada ibu yang memiliki anak tunagrahita?

## **B. Tujuan dan Manfaat**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan suami dengan *psychological well-being* pada ibu yang memiliki anak tunagrahita. Adapun hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

### 1. Manfaat Teoritis

Manfaat dari penelitian ini secara teoritis adalah diharapkan agar penelitian ini dapat memberikan gambaran tentang *psychological well-being* pada ibu yang memiliki anak tunagrahita serta memberikan sumbangan bagi pengembangan teori psikologi perkembangan terkait dengan *psychological well-being* pada ibu yang memiliki anak tunagrahita.

## 2. Manfaat Praktis

Apabila hipotesis dalam penelitian ini terbukti, diharapkan dapat memberikan acuan bagi ibu yang memiliki anak tunagrahita untuk mengoptimalkan *psychological well-being* dalam diri. Selain itu, ibu yang memiliki anak tunagrahita dapat memanfaatkan setiap dukungan yang diberikan oleh suami.