

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Keluarga adalah bagian terkecil dari masyarakat yang terdiri dari suami, istri, dan anak-anak. Kehadiran seorang anak adalah berkah yang diberikan kepada orang tua dan menjadi harapan bagi setiap pasangan. Namun, tidak semua anak lahir dalam keadaan sempurna atau berkembang secara normal. Beberapa anak terlahir dengan kekurangan, baik fisik maupun mental, yang dikenal sebagai anak berkebutuhan khusus (Hasanah, 2023). Saswita, dkk. (2024) menjelaskan bahwa anak berkebutuhan khusus adalah anak yang memiliki perbedaan dari anak-anak pada umumnya dalam hal fisik, mental, sosial, dan emosional, sehingga untuk memenuhi kebutuhannya, terutama dalam bidang pendidikan, diperlukan penyesuaian, dukungan, dan layanan bimbingan khusus agar mereka dapat berkembang secara optimal. Saputri dkk. (2023) menyebutkan bahwa kategori ABK mencakup anak dengan disleksia, ADHD, autisme, *speech delay*, *down syndrome*, tunagrahita, dan tuna rungu. Sementara itu, menurut Nurwidyayanti (2022), jenis ABK juga meliputi tunarungu, tunanetra, tunagrahita, serta anak dengan kondisi *multiple disabilitas*.

Ibu yang mengasuh anak berkebutuhan khusus cenderung merasakan beban yang lebih berat dibandingkan ibu yang memiliki anak pada umumnya (Astria & Setyawan, 2020). Pada awal pernikahan, setiap ibu memiliki harapan agar anak yang dilahirkan berada dalam kondisi sehat, normal, dan tumbuh seperti anak-anak lainnya. Mengetahui bahwa anak pertama merupakan anak berkebutuhan khusus

dapat memicu stres pada ibu, yang berasal dari perilaku serta karakteristik anak sebagai sumber stres primer, dan tekanan dari keluarga, lingkungan sosial, maupun pekerjaan sebagai sumber stres sekunder (Astria & Setyawan, 2020). Selain itu, kondisi finansial keluarga juga sering kali terganggu akibat tingginya biaya yang harus dikeluarkan untuk terapi, sekolah khusus, dan lain-lain (Sianiwati Sunarto, dalam Azni, 2019).

Keterbatasan yang dimiliki anak dapat membuat ibu kesulitan mengelola emosi negatif, merasa malu terhadap komentar orang lain, kehilangan kepercayaan diri, enggan keluar rumah bersama anak, dan cenderung tidak sabar hingga mudah marah dalam pengasuhan (Azni, 2019). Menurut Aripah, dkk. (2019) kesulitan dalam melaksanakan peran sebagai ibu bagi anak berkebutuhan khusus menyebabkan ibu mengalami depresi dan stres. Oleh karena itu, penting bagi orang tua, khususnya ibu, untuk memiliki kemampuan untuk beradaptasi dan tetap kuat menghadapi situasi yang sulit (Kusumandari, 2021). Kemampuan ini dikenal sebagai resiliensi.

Connor dan Davidson (2003) mendefinisikan resiliensi sebagai kualitas pribadi yang memungkinkan seseorang untuk bertahan ketika menghadapi kesulitan. Sementara itu, Aripah, dkk. (2019) menjelaskan bahwa resiliensi adalah keadaan di mana seseorang mampu bertahan, menyesuaikan diri, dan bangkit kembali setelah menghadapi situasi sulit, bahkan ketika mengalami stres dan trauma yang mendalam.

Rendahnya tingkat resiliensi pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus telah dibuktikan oleh sejumlah penelitian. Hasil penelitian dari

Kusumandari (2021) menemukan bahwa orangtua anak berkebutuhan khusus memiliki resiliensi dalam kategori sangat rendah, yaitu sebesar 46% (31 orang). Selain itu penelitian dari Ningsih dan Ramadhani (2022), yang melibatkan 48 orang tua anak berkebutuhan khusus dengan kategori tunanetra, tunarungu, tunagrahita, tunadaksa, dan autis, menunjukkan bahwa 14,6% peserta memiliki tingkat resiliensi yang rendah. Didukung hasil penelitian Singh (2022) bahwa resiliensi pada ibu dari anak non-disabilitas berada pada kategori tinggi, sedangkan resiliensi ibu dari anak penyandang disabilitas tergolong rendah. Sementara itu, penelitian oleh Maharani dan Panjaitan (2019) terhadap 30 orang tua anak dengan *autism spectrum disorder* mengungkapkan bahwa 26,7% responden memiliki resiliensi rendah. Data-data ini menunjukkan bahwa resiliensi ibu dari anak berkebutuhan khusus cenderung berada pada tingkat yang belum optimal.

Selain data-data tersebut, gambaran rendahnya resiliensi juga tampak dari hasil wawancara yang dilakukan peneliti terhadap lima orang ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 8–10 Oktober 2024, ditemukan bahwa sebagian besar ibu menunjukkan tingkat resiliensi yang cenderung rendah. Salah satu subjek mengungkapkan rasa tidak percaya diri dan keraguan terhadap perkembangan anaknya:

“Sejujurnya saya nggak pede mbak. Sering ngerasa nih anak kok perkembangannya gitu-gitu aja. Stuck disitu aja....”

(AN, ibu dari anak dengan speech delay usia 4 tahun, wawancara personal, 8 Oktober 2024).

Subjek LY mengungkapkan bahwa dirinya sering kali merasa kewalahan secara emosional, terlebih saat menghadapi situasi yang tidak bisa ia kendalikan. Hal ini tercermin dari pernyataan subjek:

“Yang paling menantang ya ini, Mbak. Apalagi pas awal-awal itu, baru ngerasain jadi ibu, rasanya meledak-ledak itu emosi, semua rasanya mau tak marahi. Sekarang mungkin nggak separah dulu, cuma kalau udah kewalahan terus nggak sanggup ya aku cuma bisa nangis aja...”

(LY, ibu dari anak dengan autism spectrum disorder usia 5 tahun, wawancara personal, 8 Oktober 2024).

Hal serupa juga dialami oleh subjek SM yang merasa kebingungan dan kesulitan dalam menyesuaikan diri sejak mengetahui kondisi anaknya. Ia merasa hidupnya berubah drastis dan belum mampu menerima sepenuhnya. Dalam prosesnya, subjek merasa tidak mendapat cukup dukungan dari orang-orang di sekitarnya. Subjek mengungkapkan:

“Awalnya saya kaget banget, terus sampai sekarang juga masih suka bingung harus ngapain. Rasanya kayak hidup berubah total tapi saya kok ya kadang belum bisa nerima gitu. Kadang malah ngerasa capek terus, gak semangat ngapa-ngapain. Ayahnya sih ada, tapi jarang bantu, paling cuma bilang yang sabar, kuat... tapi ya gitu aja....”

(SM, ibu dari anak dengan diagnosis down syndrome, usia 4 tahun, wawancara personal, 9 Oktober 2024).

Subjek ED merasa kesulitan mengendalikan diri dan emosinya saat menghadapi perilaku anak yang sulit. Sebagaimana dikatakan oleh subjek:

“Sering nggak kuat aku tuh, Mbak. Pas anakku lagi ngamuk atau rewel, aku malah bingung sendiri, kadang ikutan marah atau nangis juga..”

(ED, ibu dari anak dengan autism spectrum disorder usia 3 tahun wawancara personal, 9 Oktober 2024).

Selain itu, subjek DW merasa sering terguncang spritualitasnya saat menghadapi berbagai tantangan dalam merawat anak. Sehingga menimbulkan keraguan dan melemahkan semangatnya. Subjek menyampaikan:

“Kadang gitu kalau lagi nge-down ngerasanya kok nggak ada harapan ya. Aku berdoa kok nggak ada yang dijawab...”

(DW, ibu dari anak dengan diagnosis down syndrome, usia 5 tahun, wawancara personal, 10 Oktober 2024).

Berdasarkan hasil wawancara, secara umum ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus menghadapi berbagai tantangan dalam menyesuaikan diri dengan kondisi anak. Hal tersebut didapatkan berdasarkan aspek-aspek resiliensi menurut Connor dan Davidson (2003), yaitu kompetensi personal, standar yang tinggi, dan keuletan; keyakinan terhadap insting, toleransi terhadap efek negatif, dan efek penguatan dari stres; penerimaan positif terhadap perubahan dan hubungan yang aman; pengendalian diri; serta pengaruh spiritual. Merujuk pada kelima aspek tersebut, sebagian besar ibu belum menunjukkan ciri-ciri yang sesuai dengan aspek-aspek tersebut. Hal ini terlihat dari adanya rasa tidak percaya diri, kelelahan emosional, kesulitan menerima kondisi anak, hingga goyahnya keyakinan spiritual.

Ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus seharusnya mampu menjalani peran pengasuhan secara adaptif meskipun menghadapi berbagai tantangan emosional dan situasi yang tidak mudah. Nurjanah (2023) menjelaskan bahwa ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus harus mampu memahami kebutuhan anaknya, mengenali emosi diri, serta membangun relasi yang sehat dengan lingkungan sosial yang dapat menjadi sumber dukungan. serta membangun relasi yang sehat dengan lingkungan sosial yang dapat menjadi sumber dukungan. Aripah, dkk. (2019) juga menekankan bahwa ibu seharusnya memiliki kemampuan untuk bertahan dalam menghadapi tekanan, baik dari dalam diri maupun dari lingkungan, agar dapat mengatasi kondisi sulit dan berhasil bangkit kembali. Dalam hal ini, resiliensi menjadi salah satu kemampuan penting yang berfungsi sebagai kekuatan individu untuk menghadapi situasi sulit (Hermawati, 2018). Pratiwi, dkk. (2023) menjelaskan bahwa individu dengan tingkat resiliensi yang tinggi cenderung lebih

cepat bangkit dari kesulitan dan mampu menemukan solusi terbaik untuk memperbaiki keadaan.

Resiliensi memegang peran penting dalam membantu orang tua, khususnya ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus, agar mampu menyesuaikan diri dengan kondisi-kondisi yang tidak menyenangkan (Astria & Setyawan, 2020). Individu dengan tingkat resiliensi yang tinggi cenderung bersikap empatik, mampu menjaga ketenangan saat menghadapi persoalan, serta percaya bahwa keadaan akan membaik dari sebelumnya (Hasanah, 2023). Sebaliknya, individu yang tidak memiliki resiliensi dalam menghadapi kenyataan hidup akan menunjukkan beberapa karakteristik negatif, seperti ketidakmampuan dalam menghadapi kesulitan, lemahnya kemampuan mengelola stres, serta kesulitan untuk bangkit kembali dari pengalaman traumatis (Masten & Coatsworth dalam Aripah, dkk., 2019).

Nashori dan Saputro (2021) menyebutkan sebelas faktor yang mempengaruhi resiliensi, antara lain usia dan gender, status sosial ekonomi, karakter kepribadian, religiusitas, rasa syukur, strategi koping, efikasi diri, kecerdasan emosional, optimisme, pola asuh, serta dukungan sosial. Dari keseluruhan faktor tersebut, kecerdasan emosional menjadi fokus dalam penelitian ini karena aspek emosional dipandang sangat menentukan sejauh mana individu mampu bertahan dalam situasi sulit. Nashori dan Saputro (2021) menegaskan bahwa resiliensi berkaitan erat dengan kemampuan menghadapi kondisi tidak menyenangkan dan mengelola emosi negatif yang muncul. Oleh karena itu, kecerdasan emosional dipandang memiliki kontribusi penting dalam mendukung terbentuknya resiliensi, terutama

pada ibu yang menghadapi tantangan dalam pengasuhan anak berkebutuhan khusus. Relevansi hubungan tersebut juga diperkuat oleh temuan Aripah, dkk. (2019) yang menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara kecerdasan emosional dan resiliensi pada ibu yang memiliki anak penyandang disabilitas, di mana semakin tinggi kecerdasan emosional yang dimiliki ibu, semakin tinggi pula tingkat resiliensinya.

Schutte, dkk, (2002) menyatakan bahwa kecerdasan emosional berlandaskan pada definisi yang dikemukakan oleh Salovey dan Mayer (1990), yaitu kemampuan individu untuk secara adaptif mengenali, memahami, mengatur, serta memanfaatkan emosi yang muncul, baik dalam diri sendiri maupun pada orang lain. Sedangkan menurut Goleman (2010), kecerdasan emosional merupakan kemampuan untuk memotivasi diri, bertahan saat menghadapi frustrasi, mengendalikan dorongan hati, menunda kepuasan, mengelola suasana hati, menjaga pikiran tetap jernih di tengah tekanan, berempati, dan memiliki harapan.

Schutte, dkk, (2009) yang mengacu pada teori Salovey & Mayer mengklasifikasikan kecerdasan emosi dalam beberapa kemampuan, yaitu persepsi emosi, mengelola emosi diri, mengelola emosi orang lain, dan pemanfaatan emosi. Salah satu aspek kecerdasan emosional menurut Schutte, dkk, (2009) adalah mengelola emosi diri, yang merupakan kemampuan mengatur emosi mendukung kesadaran diri, di mana individu yang kurang mahir sering terjebak dengan perasaan tertekan, sementara yang mahir dapat pulih lebih cepat dari berbagai tantangan hidup. Kemampuan ini berkaitan erat dengan penjelasan dari resiliensi menurut Lisani & Susandari (2017) di mana setiap individu memiliki kemampuan

untuk bangkit kembali dan melanjutkan hidup setelah menghadapi rintangan di hidupnya. Dalam hal ini, kecerdasan emosional memainkan peran penting dalam pengembangan resiliensi. Tugade dan Fredrickson (dalam Hendriani, 2018) menyatakan bahwa individu yang memiliki kecerdasan emosional cenderung lebih resilien karena mampu memanfaatkan emosi positif untuk meredam dampak emosi negatif yang muncul ketika menghadapi tekanan atau situasi sulit. Oleh karena itu, penting untuk mengkaji peran kecerdasan emosional dalam kaitannya dengan resiliensi pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti ingin mengetahui apakah terdapat hubungan antara kecerdasan emosional dan resiliensi pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus?

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memahami hubungan antara kecerdasan emosional dan resiliensi pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus.

2. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman mengenai hubungan antara kecerdasan emosional dan resiliensi pada ibu dengan anak berkebutuhan khusus. Selain itu, hasil penelitian ini juga diharapkan dapat memperkaya ilmu pengetahuan di bidang klinis serta menjadi referensi tambahan bagi penelitian selanjutnya.

b. Manfaat Praktis

Penelitian ini dapat memberikan pemahaman mengenai pentingnya kecerdasan emosional dalam membangun resiliensi. Dengan demikian, ibu diharapkan dapat lebih menyadari bahwa kemampuan mengenali dan mengelola emosi pribadi dapat membantu ibu menghadapi tekanan psikologis selama mendampingi anak dengan kebutuhan khusus.