

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Kehadiran seorang anak merupakan momen yang sangat menyentuh dan berarti bagi anggota keluarga. Tujuannya tidak hanya untuk menghormati cinta pasangan suami istri, tetapi juga sebagai penerus keturunan yang sangat dinantikan oleh keluarga tersebut (Rachmayanti & Zulkaida, 2011). Orang tua umumnya berharap memiliki anak yang sehat, baik secara fisik maupun mental. Namun, pada kenyataannya tidak semua anak lahir dengan kondisi sehat. Beberapa anak mengalami gangguan perkembangan sejak lahir, salah satunya adalah gangguan spektrum autisme (ASD) (Mawardah & Hidayati, 2012). Gangguan spektrum autisme didefinisikan dalam Manual Diagnostik dan Statistik Gangguan Mental (DSM -V) sebagai gangguan yang memengaruhi interaksi sosial, komunikasi, serta perilaku yang berulang. Secara etimologis, kata “autisme” berasal dari kata “auto” yang berarti diri, dan “isme” yang merujuk pada suatu paham atau aliran. Dengan demikian, autisme menggambarkan kondisi di mana individu lebih fokus pada dunianya sendiri, dengan perilaku yang tidak selalu merespon rangsangan eksternal.

Prevalensi autisme meningkat secara signifikan dalam beberapa tahun terakhir. Berdasarkan data dari *Autism and Developmental Disabilities Monitoring* (ADDM) melaporkan bahwa prevalensi ASD meningkat dari 6,7 (1 dari 150)

pada tahun 2000 menjadi 23,0 per 1000 anak (1 dari 44) pada tahun 2021 (Maenner *et al.*, 2023). Di Indonesia, berdasarkan laporan Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KemenPPPA) tahun 2021 menunjukkan bahwa jumlah anak dengan autisme bertambah sekitar 500 orang per tahun, dengan prevalensi 2 kasus per 1.000 penduduk per tahun serta 10 kasus per 1000 penduduk.

Seiring dengan meningkatnya jumlah anak dengan gangguan spektrum autisme, banyak ibu dihadapkan dengan tantangan besar dalam membesarkan anak dengan kebutuhan khusus. Anak berkebutuhan khusus dapat mengalami hambatan dalam perkembangan fisik, intelektual, sosial, maupun emosional (Kristiadi & Soetjningsih, 2024). Ibu yang mengetahui bahwa anaknya memiliki kondisi khusus sering kali mengalami kesedihan, kekecewaan dan bahkan penolakan terhadap kenyataan tersebut (Zaini & 'Azizah, 2024). Reaksi emosional ibu dapat bervariasi, seperti tidak percaya, marah, hingga depresi (Putri, 2018). Banyak ibu yang memilih untuk menyembunyikan kondisi anaknya dari lingkungan sosial karena takut stigma negatif dari masyarakat. Namun, ibu akan lebih terbuka kepada tenaga medis seperti dokter dan psikolog yang menangani anaknya (Munandar, 2019).

Ketidakmampuan untuk menerima kenyataan bahwa anak memiliki kebutuhan khusus dapat berdampak terhadap perilaku penerimaan dan penolakan ibu terhadap anak autis (Aydın & Yamac, 2014). Dalam hal ini beberapa ibu melalui proses luar biasa untuk menerima kenyataan bahwa anak

memiliki kondisi yang berbeda. Ketahanan fisik dan psikologis menjadi faktor yang penting dalam menghadapi tantangan tersebut, terutama dalam merawat anak dan menghadapi stigma sosial mengenai kondisi anak. Selain itu, penerimaan diri ibu juga menjadi aspek yang perlu mendapatkan perhatian (Nawantara & Atrup, 2022). Penelitian menunjukkan bahwa penerimaan diri ibu dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti usia dan tingkat pendidikan terakhir ibu (Sulistyorini & Wibawa Gusti, 2018). Selain itu, penelitian (Anggraini, D., Wiyanti, S., & Andayani, 2012) menemukan bahwa terdapat hubungan antara kecerdasan intelektual dengan penerimaan diri pada ibu yang memiliki anak autisme.

Penerimaan diri adalah sikap positif dan pengakuan individu terhadap dirinya sendiri, termasuk menerima kekurangan dan kelebihan diri tanpa penolakan atau penghakiman negatif (Bernard, 2013). Menurut Suyanti dan Faizah (2019) penerimaan diri adalah sikap positif dan negatif orang tua terhadap anak autisme, yang tercermin dari pemahaman mengenai kebiasaan dan perilaku anak autisme, demi mendukung perkembangan anak tersebut. Menurut Melati dan Levianti (2013), penerimaan diri merupakan suatu sikap yang positif kepada diri sendiri sehingga dapat menerima kelebihan dan kekurangan dengan tenang. Tameon dan Tlonaen (2019) menjelaskan bahwa penerimaan orang tua merupakan kemampuan individu untuk hidup dengan dapat menerima dirinya sebagai individu yang tidak bermasalah dan beban pada diri sendiri dan mampu beradaptasi di lingkungan dengan baik. Menurut Bernard (2013) terdapat 2 aspek penerimaan diri yaitu kesadaran diri dan dapat menerima diri tanpa syarat.

Secara ideal, proses penerimaan diri bagi orang tua yang memiliki anak autis melibatkan kesadaran untuk mulai merawat anak sesuai dengan rencana profesional, menyelesaikan konflik internal, dan menerima anak dengan segala keterbatasannya (Yulianti dkk. 2023). Ibu memiliki penerimaan diri yang baik diharapkan mampu beradaptasi dengan kondisi anak dan tetap memberikan dukungan penuh untuk tumbuh kembangnya, sehingga penerimaan diri yang optimal memungkinkan untuk menerima segala kenyataan yang tidak sesuai dengan harapan awal ibu (Zaini & Azizah, 2024). Ibu yang mengetahui anaknya dilahirkan dengan diagnosis autis pasti akan merasa sedih dan kecewa. Ibu akan mengalami sebuah kenyataan yang tidak diharapkan, meluapnya emosi tidak akan percaya dengan apa yang sedang dialami akan memberikan reaksi emosi marah, depresi, tawar menawar (Putri, 2018). Menurut (Effendy dalam Sululistyorini, 2018) Ibu yang mampu menerima keadaan anak, akan memberikan perlakuan yang wajar, dimana perhatian dan perlakuan yang diberikan sama seperti yang diberikan kepada anak normal lainnya, tanpa mengurangi atau melebih-lebihkan, serta kasih sayangnya terhadap anak autis cenderung bersifat wajar.

Penerimaan diri pada individu dipengaruhi oleh berbagai faktor. Hurlock (2017) menguraikan bahwa faktor-faktor yang berperan dalam penerimaan diri meliputi usia orang tua, dukungan keluarga, kondisi ekonomi keluarga, latar belakang agama, tingkat pendidikan, dan sikap masyarakat. Faktor-faktor tersebut menentukan bagaimana seseorang menilai dan menerima dirinya sendiri dalam menghadapi berbagai tantangan, termasuk dalam pengasuhan anak autis. Dukungan keluarga menjadi salah satu faktor utama yang berkontribusi terhadap penerimaan

diri orang tua, khususnya ibu yang memiliki anak autisme. Suyanti dan Faizah (2019) menemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dan penerimaan diri. Ibu yang mendapatkan dukungan dari keluarga cenderung lebih mudah menerima kondisi anak dan menghadapi tantangan pengasuhan dengan lebih positif (Sulistiyorini & Wibawa, 2018).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa tingkat penerimaan diri ibu dengan anak autisme cenderung berada dalam kategori sedang. Berdasarkan penelitian Husada dan Monika (2024) menemukan bahwa penerimaan diri orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus pada kategori rendah 3,19%, sedang 85,11% dan tinggi 11,70%. Selanjutnya, pada penelitian Arini dan Nur (2024) yang menunjukkan bahwa penerimaan diri pada orang tua yang memiliki ABK pada kategori rendah 18%, sedang 58% dan tinggi 25%. Kemudian, penelitian Rahmawati dkk. (2013) yang secara khusus meneliti ibu yang memiliki anak autisme menemukan bahwa 52,63% ibu berada dalam kategori sedang sementara 47,37% berada pada kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu masih ada yang mengalami kesulitan dalam mencapai penerimaan diri secara penuh mengenai kondisi anak.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan pada tanggal 24 Oktober sampai dengan 2 November 2024. Wawancara dilakukan kepada 6 subjek ibu yang memiliki anak autisme. Wawancara ini melibatkan 6 ibu yang memiliki anak autisme dan menggunakan pedoman wawancara berdasarkan aspek penerimaan diri menurut Bernard (2013), yaitu kesadaran diri dan menerima diri tanpa syarat. Hasil wawancara menunjukkan bahwa pada aspek kesadaran diri, sebanyak 5 dari 6

subjek masih mengalami kesulitan dalam menyadari dan memahami bagaimana cara terbaik dalam merawat anak. Hal ini disebabkan oleh tantangan dalam menerima kondisi anak, yang membuat ibu belum sepenuhnya memahami kebutuhan spesifik yang diperlukan dalam pengasuhan. Sementara itu, pada aspek menerima diri tanpa syarat, 4 dari 6 subjek masih merasa takut dan cemas terhadap kondisi anak, sehingga cenderung melihat kekurangan anak dibandingkan kelebihan. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar subjek belum sepenuhnya mencapai penerimaan diri yang optimal. Dari hasil wawancara, dapat disimpulkan bahwa mayoritas ibu yang memiliki anak autis masih menghadapi tantangan dalam penerimaan diri, baik dalam aspek kesadaran diri maupun menerima diri tanpa syarat. Kesulitan dalam menerima kondisi anak berkontribusi pada kurangnya pemahaman mengenai cara terbaik dalam merawat dan mendukung perkembangan anak. Hasil wawancara ini sejalan dengan penelitian sebelumnya, yang menunjukkan bahwa sebagian besar ibu dengan anak autis berada dalam kategori sedang, sementara hanya sebagian kecil yang mencapai kategori tinggi. Dengan demikian, penerimaan diri ibu terhadap anak autis masih menjadi aspek yang perlu mendapatkan perhatian lebih lanjut.

Urgensi penelitian ini terletak pada pentingnya pemahaman mengenai bagaimana proses penerimaan diri terbentuk dari ibu yang memiliki anak autis, yang berdampak pada pengasuhan, kesejahteraan psikologis, dan relasi dalam keluarga. Peningkatan prevalensi autisme menuntut perhatian terhadap peran keluarga, khususnya ibu sebagai pengasuh utama. Berdasarkan hasil wawancara, mayoritas ibu masih mengalami hambatan dalam aspek kesadaran diri dan

menerima diri tanpa syarat, yang berdampak pada ketidaksiapan dalam mendampingi perkembangan anak secara optimal. Sehingga, penelitian ini masih relevan dilakukan sebagai upaya untuk memberikan kontribusi dalam penguatan psikologis ibu melalui pendekatan berbasis dukungan keluarga.

Salah satu faktor utama yang mempengaruhi penerimaan diri pada ibu yang memiliki anak autisme adalah dukungan sosial keluarga. Menurut Asih (dalam Lantin & Alvidzius, 2020) Individu yang tinggal dalam lingkungan yang suportif memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih baik dibandingkan dengan individu yang tidak mendapatkan dukungan sosial yang memadai, hal ini karena dukungan sosial keluarga berperan dalam membantu individu menghadapi tekanan emosional, meningkatkan rasa percaya diri, serta membentuk pemahaman yang lebih positif terhadap kondisi yang mereka alami (Virgiana dkk. 2024). Dukungan sosial keluarga merujuk pada bantuan yang dapat diperoleh dari pasangan, anak, saudara kandung, serta orang tua. Bentuk dukungan ini dapat berupa dukungan emosional, informasi, penghargaan, instrumental, dan finansial. Keberadaan sistem dukungan yang kuat dalam keluarga dapat membantu orang tua, khususnya ibu, dalam menyesuaikan diri dengan kondisi anak dan mengembangkan pola asuh yang lebih positif (Kelana, 2022).

Keluarga merupakan unit sosial terdekat yang berperan langsung dalam memberikan berbagai bentuk dukungan kepada ibu yang memiliki anak dengan autisme. Dukungan tersebut mencakup aspek emosional, instrumental, informasional, serta jaringan sosial (Sulistiyorini & Wibawa Gusti, 2018). Yang termasuk dalam kategori keluarga adalah suami, orang tua kandung, mertua,

saudara kandung maupun anggota keluarga lainnya, baik yang tinggal serumah maupun yang memiliki keterlibatan aktif dalam proses pengasuhan dan penyesuaian ibu terhadap kondisi anak (Yanti Safitri & Samnuzulsari, 2018). Keluarga yang berperan dalam membantu proses penerimaan diri ibu yang memiliki anak autisme umumnya berada pada rentang usia dewasa madya (sekitar 20-60 tahun), karena pada usia ini individu cenderung memiliki kedewasaan emosional, stabilitas psikologis, dan pengalaman hidup yang matang sehingga mampu memberikan dukungan adaptif dan empatik (Arfandi *et al.*, 2022). Penelitian lain juga menunjukkan bahwa usia orang tua dalam rentang sekitar 23-58 tahun dianggap usia matang yang memadai untuk memberikan dukungan optimal dalam mengasuh anak berkebutuhan khusus, termasuk autisme (Arfandi *et al.*, 2022).

Sarafino dan Smith (2014) menjelaskan bahwa dukungan sosial dari keluarga adalah bantuan yang diberikan oleh anggota keluarga berupa dukungan emosional, informasi, instrumental dan jaringan sosial yang dapat membantu individu mengatasi stres dan meningkatkan kesejahteraan psikologis. Dukungan sosial keluarga merujuk pada keberadaan individu-individu yang dipercaya oleh seseorang sebagai sumber bantuan yang dapat diandalkan, serta mampu memberikan rasa diperhatikan, dihargai, dan diakui sebagai entitas pribadi yang bermakna (McDowell, 2006). Retno dan Handika (2015) menguraikan bahwa dukungan keluarga merupakan hubungan timbal balik antar anggota keluarga yang melibatkan keterikatan emosional, sehingga menciptakan rasa saling memiliki dan membutuhkan dalam keluarga.

Menurut Winarti dan Prihastiwi (2023), dukungan keluarga merupakan suatu konstruksi dalam unit keluarga yang dapat mengurangi kondisi buruk seperti stres atau depresi serta meningkatkan kesejahteraan individu. Spence dkk. (2014) juga berpendapat bahwa adanya dukungan keluarga yang memadai dapat membantu orang tua mengurangi perspektif negatif terhadap tanggung jawab mereka, sehingga berdampak pada penurunan stres dan peningkatan kesejahteraan emosional. Sebaliknya, kurangnya dukungan keluarga dapat menyebabkan kecemasan yang tinggi, menurunnya kesejahteraan emosional, serta meningkatkan risiko masalah kesehatan mental pada ibu yang memiliki anak autis. Menurut pendapat Sarafino dan Smith (2014) terdapat 4 aspek dukungan sosial, yaitu: Dukungan emosional (*Emotional support*), Dukungan instrumental (*Instrumental support*), Dukungan informasi (*Information support*) dan Dukungan jaringan sosial (*Companionship support*).

Dukungan sosial keluarga memiliki peranan penting dalam membantu ibu yang memiliki anak autisme untuk meningkatkan penerimaan terhadap dirinya sendiri. meningkatkan penerimaan diri ibu yang memiliki anak autis. Penelitian Husada dan Monika (2024) menemukan bahwa terdapat hubungan positif antara dukungan keluarga dan penerimaan diri. Ibu yang memperoleh dukungan sosial keluarga yang lebih besar cenderung memiliki kapasitas emosional yang lebih baik dalam menghadapi berbagai tantangan dalam merawat anak autis. Dukungan yang kuat dari keluarga dapat menjadi benteng dalam menghadapi tekanan, sehingga mengurangi risiko munculnya masalah psikologis (Papadopoulos, 2021). Individu dengan tingkat dukungan yang tinggi cenderung lebih mampu menghadapi dan

menyelesaikan masalah dibandingkan dengan individu yang kurang mendapatkan dukungan (Rusdiana, 2018). Dukungan keluarga berfungsi sebagai penyangga efek negatif dari kecemasan yang dialami orang tua (Friedman, dalam Rusdiana, 2018).

Selain itu, keluarga merupakan lingkungan sosial pertama bagi anak, sehingga sikap ibu terhadap anak berkebutuhan khusus akan sangat berpengaruh terhadap perkembangan mereka (Somantri, dalam Rahayu, 2017). Oleh karena itu proses penerimaan merupakan hal yang tidak mudah, di mana tidak semua ibu dapat menerima kondisi anak dengan diagnosa autisme, terutama jika anak tersebut tergolong dalam kategori gangguan berat. Beberapa ibu dari anak yang terdiagnosa berkebutuhan khusus sering memiliki harapan yang tidak realistis, sehingga orang tua menganggap hasil diagnosis mengenai anak sebagai hal yang keliru. Selain itu, banyak ibu yang merasa kecewa, sedih, dan marah terhadap kondisi yang dialami anak. Oleh karena itu, proses untuk menumbuhkan penerimaan diri pada ibu sangat diperlukan agar dapat memberikan cinta dan perhatian secara maksimal kepada anak (Rustamadji, dalam Zaini, 2024). Oleh karena itu, dukungan sosial keluarga berperan dalam membantu ibu membangun penerimaan diri secara bertahap agar mereka dapat memberikan perhatian dan kasih sayang yang optimal kepada anak mereka (Hapsari & Maulana, 2011). Selain itu, Sulistyorini (2018) menemukan bahwa banyak orang tua, terutama ibu, mengalami kebingungan saat pertama kali mengetahui bahwa anak mereka didiagnosa autisme. Hal ini sering kali disertai dengan perasaan bersalah, di mana ibu merasa bertanggung jawab atas kondisi anak mereka. Ibu yang tidak dapat menerima keadaan ini dengan baik cenderung mengalami tekanan emosional yang lebih besar, bahkan menarik diri dari

lingkungan sosial. Beberapa ibu juga memilih untuk menyembunyikan kondisi anak mereka karena takut stigma sosial. Sebaliknya, ibu yang memiliki tingkat penerimaan diri yang lebih tinggi akan mampu memberikan perhatian yang wajar kepada anak mereka, tanpa membedakan perlakuan dengan anak lainnya (Sulistyorini, 2018).

Dalam hal ini, dukungan keluarga sangatlah penting, karena lingkungan keluarga adalah lingkungan sosial pertama bagi anak, yang memberikan pengaruh besar terhadap perkembangan anak. Sikap orang tua yang baik untuk perkembangan anak meliputi pemahaman, cinta, dan perhatian. Sebaliknya, ibu yang kurang hangat atau menolak anaknya dapat berdampak negatif pada perkembangan anak di kemudian hari (Somantri, dalam Rahayu, 2017). Oleh karena itu, proses untuk menumbuhkan penerimaan diri pada ibu sangat diperlukan agar dapat memberikan cinta dan perhatian secara maksimal kepada anak (Rustamadji, dalam Zaini, 2024).

Beberapa penelitian sebelumnya telah mengkaji peran penerimaan diri dan dukungan sosial keluarga dalam konteks ibu yang memiliki anak autisme. Penelitian Rahmawati dkk. (2013) menguraikan pada hubungan antara penerimaan diri dan dukungan sosial dengan stres, sementara penelitian Suyanti dan Faizah (2019) menguraikan keterkaitan dua variabel tersebut dengan kemampuan interaksi sosial anak. Selain itu, penelitian Sulistyorini dan Wibawa (2018) juga telah membahas hubungan dukungan sosial dan penerimaan diri ibu, pada penelitian tersebut menguraikan ruang lingkup yang terbatas, dengan jumlah partisipan kecil. Pada penelitian ini, memfokuskan hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan penerimaan diri pada ibu yang memiliki anak autisme, dengan menggunakan

pendekatan teori Bernard (2013) dan Sarafino & Smith (2014). Selain itu, penelitian ini diperkuat oleh data berbasis wawancara, yang memberikan gambaran mengenai aspek kesadaran diri dan penerimaan tanpa syarat sebagai bagian dari dinamika psikologis yang belum dieksplorasi secara mendalam dalam penelitian sebelumnya. Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan dapat memperkaya pemahaman tentang faktor-faktor yang berkontribusi terhadap penerimaan diri ibu dalam konteks pengasuhan anak dengan autisme.

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi secara lebih mendalam hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan penerimaan diri pada ibu yang memiliki anak autisme. Adapun rumusan masalah pada penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan penerimaan diri pada ibu yang memiliki anak autisme?

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Tujuan pada penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan penerimaan diri pada ibu yang memiliki anak autisme.

2. Manfaat Penelitian

Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah diharapkan bisa memberikan kontribusi serta menambah sumbangan keilmuan dalam ilmu Psikologi, terutama pada bidang Psikologi Klinis.

Manfaat Praktis

Manfaat praktis dari penelitian ini adalah dapat memberikan sumbangan data empiris agar dapat menjadi masukan atau ilmu baru bagi orang tua terkait dukungan sosial keluarga terhadap penerimaan ibu yang memiliki anak autis. Sehingga dengan hal tersebut keluarga dapat saling mendukung satu sama lain untuk menerima dan mengurus anak autis.