

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) adalah individu yang menghadapi berbagai keterbatasan dalam aspek fisik, psikologis, emosional, maupun sosial, sehingga memerlukan dukungan dan penanganan khusus dalam kehidupan sehari-hari (M. Hasanah, 2024). Kehadiran ABK dalam sebuah keluarga seringkali menimbulkan tantangan *parenting* yang multidimensional, mulai dari aspek medis dan pendidikan hingga sosial (Faradina, 2016). Orang tua dihadapkan pada situasi yang memerlukan penyesuaian terus-menerus, yang dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis mereka (Pozo et al., 2011). Meski demikian, dalam kenyataannya banyak orang tua menunjukkan resiliensi yang kuat dalam menjalani proses pengasuhan, yaitu kemampuan untuk tetap tangguh, beradaptasi, dan bertahan menghadapi berbagai tantangan yang muncul ketika merawat ABK (N. Hasanah et al., 2023).

Tantangan yang dihadapi orang tua ABK bersifat kronis dan seringkali memerlukan intervensi seumur hidup, hingga memicu tekanan psikologis signifikan pada orang tua (Arif et al., 2021). Hal tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Scherer et al., 2019), penelitian tersebut menunjukkan bahwa orang tua yang memiliki anak dengan berkebutuhan khusus mengalami depresi dan tingginya tingkat kecemasan. Keterbatasan dukungan sosial formal serta stigma negatif yang masih melekat terhadap disabilitas mempersempit ruang partisipasi orang tua dalam mendukung perkembangan anak mereka (Mkabile et al., 2021). Narasi tersebut selama ini

membuat orang tua ABK lebih sering ditempatkan dalam posisi “korban”, sehingga potensi, kekuatan, dan strategi adaptasi positif yang mereka miliki kerap terabaikan. Kondisi inilah yang menegaskan pentingnya resiliensi sebagai kemampuan yang dibutuhkan orang tua ABK dalam menghadapi tekanan pengasuhan yang kompleks.

Resiliensi merupakan kapasitas individu untuk memberikan respon yang adaptif dan konstruktif ketika menghadapi pengalaman traumatis atau situasi penuh tekanan, sehingga menjadi kemampuan penting dalam menangani berbagai persoalan kehidupan sehari-hari (Reivich & Shatté, 2002). Teori resiliensi Reivich & Shatté (2002) dipilih sebagai landasan utama dalam penelitian ini karena memiliki kesesuaian dengan fokus penelitian, yaitu memahami bagaimana resiliensi orang tua terbentuk dalam menghadapi dan beradaptasi terhadap berbagai tekanan dalam pengasuhan anak berkebutuhan khusus. Teori ini mencakup tujuh aspek, yaitu regulasi emosi, kontrol impuls, optimisme, empati, efikasi diri, *reaching out*, dan *causal analysis*, yang memberikan kerangka untuk memahami proses terbentuknya resiliensi serta kemampuan orang tua dalam mengelola tekanan dan mempertahankan kemampuan adaptif selama menjalankan pengasuhan ABK. Kemampuan resiliensi tersebut juga dapat mendukung orang tua dalam menjalankan pengasuhan secara lebih positif dan adaptif, termasuk dalam menghadapi tantangan tanpa memberikan respons pengasuhan yang negatif serta tetap mampu melihat dan mengembangkan potensi yang dimiliki anak (Astutik et al., 2024). Dalam konteks pengasuhan ABK, resiliensi membantu orang tua tetap

stabil secara emosional dan mampu mengelola tekanan pengasuhan yang dihadapi (Kusumandari et al., 2021), sehingga ketangguhan tersebut membuka ruang bagi pengasuhan yang lebih berorientasi pada kekuatan anak. Hal ini sejalan dengan prinsip *strength based parenting*, di mana orang tua berfokus pada kekuatan, potensi, dan kemampuan anak, bukan semata pada kelemahan atau kekurangan (L. E. Waters, 2015). Konsep *strength based parenting* yang dikembangkan oleh L. Waters (2015) digunakan sebagai perspektif untuk memahami bagaimana kemampuan adaptif orang tua dapat diwujudkan dalam praktik pengasuhan yang berfokus pada kekuatan anak. *Strength based parenting* berfokus pada menemukan dan mengembangkan potensi anak, bukan pada kelemahannya (Sumargi & Firlita, 2020). Pendekatan ini mencakup dua aspek utama, yaitu mengenali kekuatan anak (*strength knowledge*) dan membantu anak memanfaatkannya dalam berbagai situasi (*strength use*) (Waters, 2017). Dalam praktik pengasuhan, orang tua berperan dalam mengidentifikasi, mengembangkan, dan memfasilitasi kemampuan, bakat, serta karakter positif anak agar dapat dimanfaatkan secara optimal dalam kehidupan sehari-hari.

Mengingat besarnya tuntutan emosional dan sosial dalam pengasuhan ABK, serta masih dominannya penelitian yang menekankan beban dan stres orang tua, diperlukan kajian yang menyoroti sisi positif dan kapasitas adaptif orang tua. Pendekatan ini penting agar narasi tentang orang tua ABK tidak hanya menggambarkan kerentanan, tetapi juga kekuatan dan upaya konstruktif dalam mendukung perkembangan anak. Dengan menempatkan resiliensi

sebagai sumber daya psikologis utama dan menghubungkannya dengan *strength based parenting*, penelitian ini berupaya memberikan pemahaman yang lebih seimbang mengenai dinamika pengasuhan orang tua ABK. Dalam konteks tersebut, pengasuhan orang tua ABK dipahami sebagai proses adaptif yang melibatkan resiliensi orang tua, dengan penekanan pada penguatan kapasitas positif sebagaimana ditekankan dalam perspektif pengasuhan berbasis kekuatan (*strength based parenting*).

Beberapa studi menunjukkan bahwa resiliensi berperan penting dalam kemampuan orang tua menghadapi tuntutan pengasuhan ABK. N. Hasanah et al (2023) melaporkan bahwa psikoedukasi mampu meningkatkan resiliensi orang tua secara signifikan, dari 39,25% menjadi 80%, melalui penguatan pemahaman tentang kondisi anak serta keterampilan regulasi emosi, sehingga orang tua menjadi lebih tangguh dan adaptif dalam menghadapi tekanan pengasuhan. Adapun penelitian Putri et al (2021) memperlihatkan bahwa mayoritas orang tua anak tunagrahita menunjukkan resiliensi yang tinggi, suatu kondisi yang dipengaruhi oleh penerimaan terhadap diagnosis anak, keterlibatan dalam komunitas sesama orang tua, serta dukungan dari lingkungan sekolah, yang secara keseluruhan memungkinkan orang tua bertahan, mengelola emosi, dan tetap mampu menjalankan fungsi pengasuhan meskipun menghadapi berbagai tantangan psikososial.

Reivich & Shatté (2002) memandang resiliensi orang tua dalam pengasuhan ABK sebagai kemampuan psikologis yang berkaitan dengan pengelolaan emosi, cara berpikir, dan respons individu terhadap tekanan, dalam

konteks pengasuhan, kemampuan tersebut dapat didukung melalui pola pengasuhan yang berfokus pada kekuatan, seperti *strength based parenting* (L. E. Waters, 2015). Pendekatan ini mendorong orang tua menekankan potensi dan karakter positif anak sehingga terbentuk lingkungan pengasuhan yang lebih suportif dan konstruktif. Penelitian Batubara et al (2024) menunjukkan bahwa ketika kekuatan anak dikenali dan difasilitasi secara konsisten, pengasuhan menjadi lebih apresiatif dan tidak terpusat pada keterbatasan, sekaligus memperkuat kemampuan adaptif orang tua. Dampaknya, anak menunjukkan peningkatan kepercayaan diri, motivasi, serta kemandirian. Temuan Sumargi & Firlita (2020) juga menegaskan bahwa pengasuhan berbasis kekuatan meningkatkan harga diri anak melalui dorongan yang berkelanjutan terhadap potensi yang dimiliki. Dengan demikian, *strength based parenting* tidak hanya mendukung perkembangan anak, tetapi juga berperan dalam memperkuat resiliensi orang tua dalam menghadapi tuntutan pengasuhan.

Berdasarkan studi pendahuluan yang peneliti lakukan melalui wawancara pada lima orang tua di Miracle House Magelang, menunjukkan bahwa pada awal pengasuhan ABK merupakan periode yang paling berat secara emosional bagi orang tua. Orang tua mengalami guncangan psikologis yang mendalam ketika mengetahui kondisi anak, ditandai dengan perasaan terpukul, sedih, dan ketidakmampuan menerima kenyataan. Situasi ini sering kali memunculkan perasaan kehilangan terhadap harapan dan gambaran mengenai masa depan anak, sehingga orang tua berada dalam kondisi kebingungan, kelelahan emosional, dan tekanan psikologis yang tinggi. Pada tahap ini, orang

tua tidak hanya dihadapkan pada tuntutan pengasuhan yang kompleks, seperti kebutuhan terapi dan pendampingan yang berkelanjutan, penyesuaian dalam pola komunikasi dan perilaku anak, tuntutan waktu serta biaya yang meningkat, hingga tekanan sosial dan stigma dari lingkungan, tetapi juga harus berjuang menghadapi emosi negatif, rasa tidak berdaya, dan kekhawatiran terhadap perkembangan anak di masa depan, yang menggambarkan bahwa pengasuhan ABK sejak awal merupakan pengalaman yang mengandung penderitaan emosional dan membutuhkan kapasitas resiliensi yang besar.

Mencermati kompleksitas pengasuhan ABK, resiliensi orang tua dan penerapan *strength based parenting* menjadi dua aspek yang berperan penting dalam menjaga keberfungsian emosional orang tua sekaligus mendukung perkembangan positif anak. Resiliensi membantu orang tua menghadapi berbagai tantangan pengasuhan secara lebih adaptif, sedangkan *strength based parenting* mendorong fokus pada potensi dan karakter positif anak sehingga tercipta lingkungan pengasuhan yang lebih suportif dan konstruktif. Pendekatan ini tidak hanya memperkuat kepercayaan diri dan kemandirian anak, tetapi juga membantu orang tua mempertahankan kemampuan adaptif dalam situasi pengasuhan yang penuh tuntutan. Namun, kajian yang menelaah antara resiliensi orang tua dan *strength based parenting* dalam konteks pengasuhan ABK masih terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini diperlukan untuk memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai bagaimana resiliensi terbentuk, dipertahankan, dan berkontribusi dalam praktik pengasuhan berbasis kekuatan.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka dapat diidentifikasi beberapa permasalahan sebagai berikut:

1. Orang tua ABK mengalami kesedihan dan tekanan emosional yang tinggi pada pengasuhan
2. Orang tua masih mengalami kesulitan dalam menerima kondisi anak, yang ditandai dengan munculnya perasaan sedih berkepanjangan dan khawatir pada masa depan anak
3. Kondisi emosional membuat orang tua merasa terbebani secara psikologis dalam menjalani peran pengasuhan anak berkebutuhan khusus

C. Fokus dan Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah penelitian ini berfokus pada resiliensi orang tua ABK dalam menghadapi tantangan pengasuhan melalui pendekatan *strength based parenting*. Berdasarkan fokus tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana resiliensi orang tua ABK terbentuk dalam menghadapi tantangan pengasuhan?
2. Bagaimana orang tua ABK mempertahankan resiliensi dalam menghadapi tantangan pengasuhan?
3. Bagaimana orang tua ABK mewujudkan resiliensi dalam menghadapi tantangan pengasuhan?

4. Bagaimana pendekatan *strength based parenting* berperan dalam mendukung, memperkuat, dan membentuk resiliensi orang tua dalam praktik pengasuhan sehari-hari?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan fokus dan rumusan masalah yang telah dipaparkan, penelitian ini memiliki tujuan sebagai berikut:

1. Mengetahui dan memahami bagaimana resiliensi orang tua ABK terbentuk, dipertahankan, dan diwujudkan dalam menghadapi berbagai tuntutan pengasuhan.
2. Menggali bagaimana pendekatan *strength based parenting* berperan dalam mendukung, memperkuat, dan membentuk resiliensi orang tua dalam praktik pengasuhan sehari-hari.

E. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian tersebut, maka penelitian ini memberikan manfaat secara teoritis dan praktis sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya kajian keilmuan dalam bidang Bimbingan dan Konseling, khususnya pada ranah bimbingan pribadi dan sosial, yang menelaah dinamika resiliensi orang tua dan penerapan *strength based parenting* dalam pengasuhan ABK. Temuan penelitian ini dapat menjadi rujukan bagi pengembangan teori, model konseling keluarga, serta penelitian lanjutan mengenai penguatan kapasitas adaptif keluarga dalam menghadapi tuntutan pengasuhan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi orang tua ABK

Memberikan wawasan mengenai proses pembentukan resiliensi dan strategi pengasuhan berbasis kekuatan yang dapat diterapkan untuk menghadapi tuntutan pengasuhan yang kompleks.

b. Bagi konselor atau guru BK

Memberikan dasar empiris dalam penyusunan intervensi konseling yang berorientasi pada penguatan resiliensi, peningkatan kemampuan penyesuaian diri, dan pendampingan keluarga ABK.

c. Bagi Lembaga pendidikan dan komunitas pendamping ABK

Sebagai bahan pertimbangan dalam merumuskan kebijakan, memperbaiki kualitas layanan, dan mengevaluasi efektivitas program pendampingan keluarga, khususnya yang berkaitan dengan penguatan resiliensi orang tua dan penerapan strategi pengasuhan berbasis kekuatan.