

BAB II

LANDASAN TEORI

1. *Self Compassion*

1. Pengertian *Self Compassion*

Neff yang menyatakan bahwa *self compassion* adalah sebuah proses dari rasa sakit, kegagalan atau dengan memahami suatu kesalahan dan kekurangan dengan cara memahami bahwa hal tersebut merupakan dari sebuah pengalaman yang harus dilalui sebagaimana manusia pada umumnya dan menyadari bahwasannya setiap manusia memiliki kekurangan.¹⁷ Sikap *self compassion* biasanya disamakan dengan rasa welas asih dalam menerima masalah masalah yang muncul dan dari setiap orang yang memiliki pertanyaan yang berbeda.

Menurut Germer juga menjelaskan tentang *self compassion* dengan pengertian kemampuan seseorang dalam hal kemurahan hati dan merasakan perasaan yang ada dari perkembangan pada penerimaan diri sendiri, baik kognitif maupun emosional pada pengalaman dan kesadaran untuk tidak menghindari pada pengalaman yang tidak menyenangkan.¹⁸ Penerimaan secara kognitif maupun emosional juga memungkinkan untuk seseorang

¹⁷ Kristin Neff, *Self Compassion: The Proven Power Being of Kind to Your Self*, (Australia: HarperCollins Publishers, 2011), 6.

¹⁸ Germer, C.K, *The Mind-full Path to Self Compassion: Freeing Yourself from Destructive Thoughts and Emotion*, (London: The Guilford Press,2009),8.

menerima kekurangan diri dan dapat lebih memahami situasi dan kondisi yang terjadi di luar kendali seseorang.¹⁹

Memiliki sikap *self compassion* itu sangatlah penting, karena jika seseorang memiliki sikap *self compassion* maka akan mudah untuk memperbaiki permasalahan, tidak mudah untuk menyalahkan diri sendiri saat merasa gagal dan akan merubah perilaku yang menurutnya kurang produktif. Tidak hanya itu seseorang yang memiliki sikap *self compassion* akan lebih mudah termotivasi dengan dorongan yang bersifat intrinsik seperti mengatur dalam kesehatan diri dan mendorong inisiatif untuk perubahan yang ada dalam kehidupan.²⁰

Menurut penelitian Neff dan Pommier menyatakan bahwa semakin seseorang memiliki sikap menyayangi diri atau memiliki sikap *Self Compassion* maka akan bertambah pula kepedulian seseorang terhadap individu lain. Pengertian *self compassion* menurut bahasa beratiakan menjalani, menderita dan mengalami yang keduanya diartikan dari bahasa Yunani. *Compassion* sendiri memiliki arti yang pada mulanya dilatarbelakangi oleh sikap seseorang yang ikut serta merasakan penderitaan yang dirasakan oleh orang lain. Pada mulanya pengertian ini dari filosofi yang dikenalkan dengan filosofi Budha dan diartikan dengan kasih sayang diri. Menurut Neff ketika kita mengasihi diri sendiri,

¹⁹ Ibid, 9

²⁰ Neff, *Self Compassion: The Proven Power...*, 28

menyayangi diri sendiri maka akan timbulah kepedulian terhadap orang lain dan semua berawal dari diri sendiri.²¹

Menurut para ahli dengan pengertian tentang *self compassion* diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa *self compassion* merupakan suatu sikap yang dapat menerima suatu keadaan dengan dimulanya menerima diri sendiri apa adanya tanpa adanya kritikan kekurangan dan tidak menghindari suatu masalah serta tidak menghakimi diri sendiri saat terjadi kegagalan.

2. Aspek-aspek *Self Compassion*

Neff juga menjelaskan bahwa adanya 3 komponen dalam pembentukan *Self Compassion*, yakni:²²

a. *Self Kindness*

Self kindness merupakan suatu perbuatan dalam diri seseorang untuk memahami diri ketika merasakan penderitaan bahkan memiliki kekurangan dalam hidupnya, dengan cara memberikan kebaikan pada diri sendiri, tidak mudah menghakimi bahkan menyalahkan diri sendiri yang pada dasarnya setiap manusia memiliki kekurangan pada dirinya. Dalam hal ini dapat kita lihat bagaimana seseorang memahami dan memaknai kegagalannya.²³

²¹ Ibid,4.

²² Neff, *Self Compassion: The Proven Power...*, 30

²³ Kristin Neff dan Christopher Gerner, "*Self Compassion and Psychological Well-being*", dalam J. Doty (ed.), *Oxford Handbook of Compassion Science, Bab 27*, (Oxford: Oxford University Press, 2017),2.

Self kindness juga merupakan sebuah dorongan kepada diri sendiri dengan memperhatikan kekurangan yang dimiliki tanpa mengkritiki diri dan akan mendapatkan kebahagiaan dengan cara memberikan kenyamanan kepada orang lain serta akan berdampak terhadap perilaku yang bersifat positif dan memberi manfaat kepada orang lain.²⁴

b. *Common Humanity*

Common Humanity adalah suatu kesadaran seseorang dalam memahami bahwa setiap manusia pasti akan mengalami atau merasakan masa yang paling sulit dilalui. Dan tentunya manusia memiliki kesalahan dan pernah melakukan kesalahan disitulah manusia menjadi tidak sempurna dan pada keadaan itu juga yang disebut dengan *common humanity*. Tidak hanya kesadaran pada kesalahan saja, melainkan kesadaran pada kegagalan dan kesulitan merupakan sebuah proses dari menjadi manusia itu sendiri.²⁵

Selain itu keadaan tersebut juga mampu untuk melihat sebuah permasalahan bahkan sebuah kegagalan dari sudut pandang yang berbeda dan tentunya lebih luas, sehingga akan adanya dorongan yang menghasilkan keadaan sekitar atau

²⁴ Ibid,3.

²⁵ Ibid,4.

setiap peristiwa tentunya bukan seakan-akan kesalahannya sendiri, melainkan suatu hal yang sudah sewajarnya terjadi.²⁶

c. *Mindfulness*

Pada pengertian ini merupakan kesadaran penuh untuk menerima penderitaan yang dirasakan dan dipikirkan oleh seseorang, atau bisa disebut dengan kesadaran yang telah dilakukan secara seimbang dan jelas. *Mindfulness* ini menyangkutkan sebuah permasalahan yang pernah dialami atau pengalaman yang terbuka guna untuk melihat kenyataan pada saat ini dengan cara membiarkan emosi, pikiran, dan sensasi yang memasuki suatu kesadaran tanpa adanya penghindaran.²⁷

Konsep dasar *mindfulness* adalah melihat suatu hal dengan apa adanya tidak adanya penambahan bahkan pengurangan sehingga mendapatkan hasil respon yang efektif dan objektif. Maka dari itu, *Mindfulness* merupakan komponen penting dalam sikap *self compassion*.²⁸

Dapat ditarik dari penjelasan diatas bahwa aspek yang membangun adanya sikap *self compassion* yakni *self kindness*, dimana seseorang mampu untuk menghadapi segala macam jenis situasi menekan maupun permasalahan dengan menghindari rasa

²⁶ Ibid,4.

²⁷ Kristin Neff dan Christopher Gerner, “*Self Compassion and Psychological Well-being*”, dalam J. Doty (ed.), *Oxford Handbook of Compassion Science, Bab 27*, (Oxford: Oxford University Press, 2017),3.

²⁸ Ibid,6.

rendah dan menyalahkan diri sendiri. Setelah itu didorong lagi oleh *common humanity* dengan seseorang yang menghadapi permasalahan dengan cara yang objektif. Dan terakhir yaitu *mindfulness* dimana bagian dari pusat kendali internal pada kepribadian seseorang.

3. Faktor yang mempengaruhi *Self Compassion*

Neff menjelaskan tentang beberapa faktor yang dapat dipengaruhi *self compassion*, diantaranya yaitu:²⁹

a. Usia

Dalam penelitian Neff yang berjudul “*The Relationship Between Self Compassion and Other Focused Concern Among Collage Undergraduates, Community Adults, and Practicing Meditators*”. Pada penelitian tersebut Neff memberi tema *self compassion* mahasiswa dengan orang dewasa memiliki perbedaan, dengan isi mahasiswa pada masa perkembangan di usia dewasa muda ia masih cenderung membentuk identitasnya dan mungkin juga mereka tidak memiliki pengalaman yang cukup lebih untuk penderitaan hidupnya. Tetapi orang dewasa memiliki cukup pemahaman untuk penderitaan mereka, karena ia telah mengalami dan menjalani pengalaman hidup yang

²⁹ Ismi Zulaehah dan Sri Kushartati, “Grateful Training to Increase Self Compassion Among Caregivers of Children With Down Syndrome”, *Jurnal Intervensi Psikologi*, Vol. 9 No.2, (Desember, 2017), 209.

lebih lama dan lebih panjang sehingga pengetahuan interpersonal yang mereka miliki cukup banyak.³⁰

Hal tersebut dapat kita ambil kesimpulan bahwasanya usia dapat mempengaruhi seseorang untuk melakukan suatu hal yang menurutnya baik untuk dilakukan. Karena dengan bertambahnya usia pula seseorang akan mengalami beberapa tantangan dan pengalaman dalam hidupnya. Pada tahap perkembangan, seseorang yang ada pada tahap dewasa madya dan dewasa akhir akan memiliki *self compassion* yang lebih tinggi daripada seseorang yang berada pada tahap dewasa awal.

b. Kepribadian

Pada hal kepribadian memiliki teori yang dapat dikenal dengan sebutan *The Big Five Personality*, dimana teori ini menggambarkan sebuah gambaran mengenai kepribadian individu. Adapun hasil dari pengukuran yang telah dilakukan NEO-FFI yaitu *neuroticism* (neurotik), *Agreeableness* (keramahan), *Extroversion* (ekstroversi), *Conscientiousness* (kesadaran), dan *Openness to Experience* (keterbukaan terhadap pengalaman). Tetapi menurut Neff teori *Big Five* yang memberikan dampak positif terhadap *Self Compassion* itu Cuma ada 4 dimensi, yaitu *neuroticism* (neurotik),

³⁰ Kristin Neff dan Elizabeth Prommier, "The Relationship Between Self Compassion and Other Focused Concern Among Collage Undergraduates, Community Adults, and Practicing Meditators", *Self and Identity*, Vol. 12 No. 2 (2013), 4.

Agreeableness (keramahan), *Extroversion* (ekstroversi), dan *Conscientiousness* (kesadaran)³¹

Penjelasan diatas dilandasi oleh penelitian yang dilakukan oleh Neff dengan judul “*An Examination of Self Compassion in Relation to Positive Psychological Function And Personality Traits*”. Di dalam penelitian tersebut, mendapatkan hasil yang menyatakan bahwasannya teori Big Five memiliki hubungan positif dengan *Self Compassion* tetapi poin *Openness to Experience* (keterbukaan terhadap pengalaman) yang tidak memiliki hubungan terhadap *Self Compassion*. Karena, pada dimensi tersebut lebih mengukur terhadap karakteristik individu yang mempunyai imajinasi aktif serta memiliki kepekaan. Dengan adanya penelitian yang dilakukan oleh Neff bertujuan untuk dapat mengetahui keterkaitan *Personality Traits* dengan *Self Compassion*.³²

c. Budaya

Dalam hal budaya yang dimaksud dalam pembahasan ini merupakan perbandingan budaya timur dengan budaya barat dengan konsep yang berbeda. Jika budaya timur menggunakan konsep kolektivistik sedangkan budaya barat menggunakan budaya konsep individualistik. Seseorang dengan budaya

³¹ Kristin D. Neff et. Al., “An Examination of Self Compassion in Relation to Positive Psychological Function and Personality Traits”, *Journal of Research in Personality*, Vol. 41 (2007), 912.

³² *Ibid.*, 913.

individualis biasanya mempunyai *interdependent sense of self* yang lebih rendah dibandingkan dengan seseorang dengan budaya kolektivistik. Maka dari itu diharapkan orang Asia memiliki sikap *self compassion* yang lebih dibandingkan dengan budaya barat.³³

Sesuai dengan penelitian Neff dkk yang menghasilkan *self compassion* pada orang asia lebih tinggi dibandingkan *self compassion* pada orang barat. Mereka telah melakukan di Negara Taiwan, Thailand, dan Amerika Serikat dengan membuah hasil bahwa Negara Thailand yang berada di Asia menjadi tingkatan tertinggi *self compassion* nya. Sedangkan pada Negara Taiwan dan Amerika Serikat, mereka memiliki *self compassion* yang rendah. Negara Taiwan memiliki etika *konfusianisme* yang kuat, dimana mereka mengkritisi diri mereka sendiri agar tetap memenuhi kebutuhan orang lain. Sedangkan untuk Negara Thailand dengan mayoritas agama Budha lebih dapat menyayangi diri sendiri dari pada untuk mengkritisinya. Ketiga Negara tersebut tentunya memiliki budaya yang berbeda dan dengan adanya perbedaan budaya akan menjadikan dorongan untuk tinggi rendahnya *self compassion* yang dimiliki seseorang.³⁴

³³ Neff, *Self Compassion: The Proven Power ...*, 15.

³⁴ *Ibid*, 20.

d. Jenis kelamin

Berdasarkan dari hasil penelitian yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan terhadap *self compassion* seorang laki laki dan perempuan. Seorang perempuan lebih cenderung menggunakan self talk negative dan lebih kritis daripada laki-laki, selain itu wanita cenderung mudah merasakan cemas hingga depresi dua kali lipat dibandingkan dengan laki-laki. Karena pada dasarnya seseorang cenderung mudah untuk melupakan suatu hal yang positif, jadi ketika ia merasakan suatu hal yang negatif otak manusia lebih sering mengingat kembali seperti rekaman yang terus diputar dan maka muncul kecemasan pada diri orang tersebut. Ketika seseorang merenungkan masa lampau atau masa lalu maka akan membuat dirinya merasa depresi, tetapi ketika seseorang tersebut merenungkan masa depan atau masa yang akan datang maka saat itulah ia mengalami kecemasan.³⁵

Dari beberapa penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa *self compassion* juga dipengaruhi oleh usia, lingkungan, budaya dan jenis kelamin. Serta diperkuat dengan penjelasan Neff bahwa perempuan memiliki *self compassion* yang rendah, dengan dorongan kebiasaan perempuan seperti banyak mengkritik diri sendiri, sering merasa bahwa dirinyalah orang

³⁵ Neff, *Self Compassion: The Proven Power...*, 86.

yang paling menderita, susah untuk melupakan hal-hal yang negatif pada hidupnya seperti kegagalan, permasalahan yang telah dilewatkan, serta sering untuk menyalahkan diri sendiri sehingga muncullah depresi pada dirinya. Perempuan akan memperdulikan orang disekitar tanpa memperdulikan dirinya sendiri.³⁶

e. Kecerdasan Emosi

Neff mengutarakan bahwa *self compassion* merupakan kecerdasan emosi yang kuat. Dalam artian ketika manusia memiliki kecerdasan emosi maka mereka akan mampu untuk menyeimbangi emosional yang dimiliki ketika mendapatkan musibah ataupun ketika mengalami kesusahan. seperti dalam contoh penelitian untuk mengamati reaksi pada tiap ekspresi yang mereka keluarkan, ketika diberikan tugas untuk pembuatan sebuah video dengan tema cerita anak-anak. Kemudian mereka diperintahkan untuk melihat rekaman diri mereka yang telah dibuatnya sendiri. Terdapat beberapa orang mengeluarkan kesedihan, malu, ataupun gugup. Tetapi adapun juga yang merasa sangat menikmati, bahagia, enjoy, dan santai. Dari beberapa ekspresi yang telah dikeluarkan oleh mereka Neff pun menyimpulkan ketika kebahagiaan, gembira, santai yang mereka rasakan maka *self compassion* yang

³⁶ Ibid.,152

mereka miliki tinggi. Tetapi jika mereka merasakan malu, sedih, ataupun gugup maka mereka memiliki *self compassion* yang rendah.³⁷

f. Peran Orang Tua

Peran orang tua terhadap *self compassion* juga sangat mempengaruhi, karena pada dasarnya pendidikan pertama yang dapat dirasakan oleh seorang anak yaitu orang tua. orang tua selalu mengajarkan kita banyak hal tentang bagaimana kita harus bertahan hidup, dimulai dari hal yang kecil seperti memberi contoh makan yang baik, memberikan apresiasi dan lain sebagainya. Dan tentunya orang tua sangat ingin melihat anaknya betumbuh dengan baik nantinya. Sehingga setiap apapun yang telah diajarkan oleh orang tua akan menjadi suatu kebiasaan yang nantinya melekat pada diri kita. Maka dari itu juga peran orang tua sangat penting dalam menumbuhkan *self compassion*.³⁸

Dengan pola asuh yang diberikan orang tua telah membentuk karakter anak maka dapat disimpulkan jika orang tua yang banyak mengkritik anak sejak ia kecil maka akan rendah *self compassion* yang anak miliki. tidak hanya itu, jika anak dari kecil sering melihat orang tuanya menghakimi diri sendiri ketika dalam kegagalan, kesulitan, dan penderitaan

³⁷ Neff, *Self Compassion: The Proven Power...*, 96

³⁸ Ibid.

maka kelak anak akan dapat menghakimi dirinya sendiri ketika ia berada pada posisi kegagalan, penderitaan, ataupun kesulitan.³⁹

2. Autism

a. Pengertian autism

Autism Spectrum Disorder (ASD) biasanya lebih dikenal dengan sebutan autis. Autis merupakan salah satu gangguan yang dialami oleh seseorang sejak ia lahir dan dapat dilihat sebelum anak berusia 3 tahun. Serta berpengaruh terhadap perkembangan serta memiliki sifat yang kompleks terkait dengan imajinasi, interaksi social dan komunikasi. Didalam buku pedoman penggolongan diagnosis gangguan jiwa-III terdapat pengertian autis yakni merupakan salah satu jenis gangguan perkembangan *pervasive* dan dapat ditandai dengan adanya suatu kelainan kualitatif dalam berinteraksi dua arah dan saling tibal balik. Pada pola kominakasi akan terjadinya pengulangan dan aktivitas yang terbatas.⁴⁰

Menurut Mudjito dkk bahwasannya autis merupakan keterlambatan pada tumbuh kembang seorang anak serta adanya keterlambatan dalam interaksi sosial, kognitif, sensorik dan

³⁹ Neff, *Self Compassion: The Proven Power...*, 18.

⁴⁰ Buku PPDGJ III, 130.

motorik akan dialami seumur hidup. Autis juga terjadi pada seseorang yang berusia 18 tahun kebawah.⁴¹

Autis juga tergolong berat pada gangguan perkembangan *neurobiologist*, dan terdapat gambaran terhadap kondisi anak autis bahwa ditemukan kerusakan yang terdapat pada bagian otak dan biasanya disebut juga dengan *system limbic* atau pusat emosi. Maka hal tersebut yang membuat anak autis tidak dapat mengendalikan emosi dan perilaku yang ada pada dirinya dan akan bersikap agresif terhadap diri sendiri bahkan orang lain, ataupun bersikap pasif dimana ia merasa seolah-olah tidak memiliki emosi.

b. Karakteristik

Autis juga memiliki karakteristik dari perilaku yang ada pada anak autis, seperti yang telah dipaparkan oleh Powers:⁴²

1. Gangguan bahasa atau komunikasi

Karakteristik yang pertama dapat dilihat pada gangguan bahasa atau komunikasi terhadap anak autis. Pada anak autis akan sedikit untuk berbicara bahkan hampir tidak ada yang mereka ucapkan. Selain mereka juga kurang pemahaman arti kata, terbatasnya penggunaan kata bahkan intonasi yang mereka gunakan juga tidak seperti manusia normal sehingga akan menjadikan kata-kata yang digunakan tidak sesuai dengan artinya, senang meniru perkataan orang lain, mengoceh tanpa

⁴¹ Dr. Suprajitno dkk, "*Bina Aktivitas Anak Autis di Rumah (panduan bagi orang tua)*", (Malang: Media Nusa Creative, 2017),2.

⁴² Ibid,9.

memiliki arti sehingga tidak dapat dimengerti oleh orang lain. Ekspresi wajah yang mereka miliki juga akan terlihat datar dan tidak menggunakan bahasa tubuh ataupun isyarat.⁴³

2. **Gangguan hubungan sosial**

Yang kedua karakteristik yang dimiliki anak autis yakni gangguan hubungan social atau hubungan dengan orang. Anak autis akan memiliki keterbatasan pada kotak mata cenderung mereka tidak dapat berkomunikasi dengan mata, dan ia akan menghindari tatapan mata dengan lawan bicara. Anak autis pula akan asyik terhadap kehidupannya sendiri bila mereka dibiarkan sendirian dan tidak adanya senyum sosial. Anak autis tidak tertarik dengan ajakan bermain teman sebayanya ataupun yang lebih tua, karena anak autis memiliki dunianya sendiri. Ketika anak autis diajak bermain ia akan cenderung menjauh dan tidak mau.

3. **Gangguan pada respon sensori**

Anak autis lebih sensitif dengan suara karena ia memiliki gangguan pada respons sensori ataupun indra sehingga ia akan merasakan rasa panik yang berlebihan dengan suara-suara tertentu. Anak autis akan menutup kedua telinganya ketika ia mendengar suara yang sangat keras. Selain itu, kebiasaan yang dilakukan anak autis adalah memainkan jari-jarinya didepan

⁴³ Ibid,10.

mata, lebih sering berputar-putar, menggigit pergelangan tangan dan melakukan respon yang tergolong tidak biasa dilakukan oleh manusia normal terhadap rasa nyeri dan tidak suka dipeluk, karena anak autis tidak peka terhadap rasa takut, rasa sakit bahkan terhadap sentuhan.

4. Gangguan pada hubungan lingkungan

Gangguan terhadap hubungan dengan lingkungan, anak autis lebih marah tanpa sebab dan tidak menentu serta tidak menghendaki pada perubahan-perubahan. Selain itu, anak autis juga sering tertawa dan menangis tanpa sebab. Rutinitas yang anak autis lakukan akan cenderung kaku yang akan terus berkembang dan akan menunjukkan ketertarikan yang tidak fleksibel. Kadang-kadang anak autis menyakiti dirinya sendiri dan merusak benda disekitarnya.⁴⁴

5. Gangguan kesenjangan perkembangan perilaku

Anak autis akan memiliki kesenjangan perkembangan perilaku, dan akan berdampak kemampuan yang sangat lambat ataupun sangat baik. Anak autis akan mempelajari keterampilan diluar urutan pada umumnya, seperti sulit untuk mengikuti perintah tetapi dapat mengerjakan puzzle. Anak autis pula dapat mengerjakan sesuatu yang tidak tentu, terkadang ia

⁴⁴ Ibid,11.

dapat mengerjakan sesuatu tetapi di lain hari tidak mampu untuk melakukannya kembali.

c. Klasifikasi Autis

Klasifikasi merupakan suatu kegiatan untuk penyusunan dalam kelompok sehingga akan terjadi pengelompokan sesuai dengan jenis-jenisnya. Adapun klasifikasi pada autis dapat dikelompokkan sebagai berikut:⁴⁵

1. Autis Persepsi

Pada kelompok persepsi ini dapat dikatakan sebagai autis yang asli, karena gangguan ini timbul atau terjadi sebelum anak itu lahir. Biasanya autis ini terjadi karena faktor dari pengaruh lingkungan seperti makanan dan rangsangan maupun faktor lainnya. Ketidakmampuan seorang anak merupakan suatu penyimpangan faktor rangsangan dari luar sehingga anak akan lebih bersikap masa bodoh.

Gejala yang dimiliki anak autis tersebut antara lain:

- a. Kecemasan akan timbul ketika anak mendapatkan suatu rangsangan dari luar baik rangsangan itu kecil maupun besar yang nantinya tubuh merasakan reaksi pertahanan dan akan terlihat pengembangan.
- b. Sikap masa bodoh yang di miliki anak bermula dari banyaknya pengaruh dari orang tua. Pengaruh orang tua

⁴⁵ Ibid,11.

ini dapat dikatakan seperti, ketika orang tua tidak peduli dengan kesengsaran atau keinginan yang dirasakan oleh anaknya. Akhirnya kebingungan seorang anak akan bertambah dan berubah menjadi sebuah rasa kekecewaan yang akan menjadi sebuah pondasi dari sikap masa bodoh seorang anak.

- c. Setelah kondisi yang dimiliki anak, orang tua mulai panic dan akan peduli atas gangguan yang dimiliki anak. Sehingga orang tua menciptakan rangsangan-rangsangan yang menambahkan berat pada kebingungan seorang anak. Dan orang tua akan mencari pertolongan ketika kondisi anak yang sudah seperti itu.
- d. Pada kondisi seperti ini, bapak lebih sering menyalahkan ibu atas kurangnya naluri yang dimiliki ibu. Tanpa disadari bapak akan memberatkan kebingungan anak dan memperbesar kekhilafan yang telah diperkuat.

2. Autisme Reaktif

Munculnya autisme reaktif ini karena adanya permasalahan yang membuat kecemasan itu ada seperti, sakit berat, orang tua meninggal dan lain sebagainya. Pada autisme jenis ini memiliki perubahan terhadap gerakan tertentu yang dilakukan secara berulang terkadang juga disertai dengan

kejang-kejang. gejala autis ini dapat terlihat 6 sampai 7 tahun sebelum anak memasuki pada tahapan berfikir logis dan akan memiliki sifat rapuh yang akan lebih mudah terkena pengaruh dari luar.⁴⁶

Menurut *Childhood Autism Rating Scale (CARS)* autis memiliki 3 tingkatan, diantaranya adalah :

1. Ringan

Pada tingkatan ringan anak autis akan sedikit merespon ketika namanya dipanggil, dapat melakukan kontak mata meskipun dengan waktu tidak cukup lama, dapat sedikit berkomunikasi dua arah, dan dapat mengekspresikan wajah yang sedang ia rasakan meskipun tidak sering dilakukan.

2. Sedang

Pada keadaan ini anak autis masih dapat melakukan kontak mata dengan waktu yang sebentar tetapi mereka tidak dapat merespon ketika seseorang memanggil namanya, lebih sering untuk menyakiti diri sendiri, akan bersikap agresif, tingkah laku yang hiperaktif dan jika anak autis memiliki gangguan pada motoric maka akan cenderung sulit untuk dikendalikan meskipun sebenarnya masih dapat dikendalikan.

⁴⁶ Ibid,15.

3. Berat

Berat merupakan tingkatan yang terakhir dan pada tingkatan ini anak autis akan sulit untuk dikendalikan dan anak autis akan melukai dirinya sendiri. Biasanya anak autis akan membenturkan kepalanya ketembok beberapa kali dan jika dijegah akan tidak merespon tentunya akan marah, anak akan berhenti ketika ia sudah merasakan kelelahan dan setelahnya anak akan tertidur.

d. Jenis autism

Gangguan autis memiliki dua jenis yang berbeda pada perkembangannya. Yang pertama autis sejak bayi dan autis regresif. Autis sejak bayi ditandai dengan perbedaan perkembangan seorang bayi autis dengan bayi normal. Biasanya autis sejak bayi dapat terlihat ketika bayi berusia 6 bulan.

Sedangkan autis regresif merupakan autis dengan perbedaan yang dapat dilihat sejak berusia 1,5 tahun sampai dengan 3 tahun. Pada autis regresif, anak autis sempat memiliki perkembangan yang sama dengan anak normal. Ketika gangguan tersebut sudah terlihat, maka perkembangan akan terhenti dan kemampuan yang telah dimiliki akan menghilang serta akan

mengalami hilangnya kemampuan untuk bicara dan kemampuan untuk kontak mata.⁴⁷

⁴⁷ Agustyawati dan Solicha, *Psikologi Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus*, (Jakarta : Lembaga Penelitian UIN Jakarta, 2009), 24.

