

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Konteks Penelitian**

Anak adalah anugerah yang diberikan oleh Tuhan, yang harus dijaga, dirawat, dan diberi bekal sebaik-baiknya, bagaimanapun kondisi anak tersebut ketika dilahirkan. Orangtua akan merasa senang dan bahagia apabila anak yang dilahirkan memiliki kondisi fisik dan psikis yang sempurna. Sebaliknya, orangtua akan merasa sedih apabila anak yang dimiliki lahir dengan kondisi fisik yang tidak sempurna atau mengalami hambatan perkembangan.

Salah satu hambatan perkembangan yang dialami oleh seorang anak adalah retardasi mental. Retardasi mental menurut *Diagnostic and Statical Manual of Mental Disorder* merupakan gangguan yang ditandai oleh fungsi intelektual yang secara signifikan di bawah rata-rata (IQ kira-kira 70 atau lebih rendah) yang bermula sebelum usia 18 tahun disertai dengan penurunan fungsi adaptif. Fungsi adaptif adalah kemampuan individu tersebut untuk secara efektif menghadapi kebutuhan untuk mandiri yang dapat diterima oleh lingkungan sosialnya.<sup>1</sup>

Anak dengan retardasi mental memiliki keterbatasan dalam intelegensi. Intelegensi merupakan fungsi yang kompleks yang diartikan

---

<sup>1</sup> Karina Safitri dan Iriani Hapsari, "Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Resiliensi Pada Ibu dengan Anak Retardasi Mental", *Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi*, Vol.2 No. 2, (Oktober 2013), 76.

sebagai kemampuan untuk mempelajari informasi dan keterampilan-keterampilan menyesuaikan diri dengan masalah-masalah dan situasi-situasi kehidupan baru, belajar dari pengalaman masalah, berpikir abstrak, kreatif, dapat menilai secara kritis, menghindari kesalahan-kesalahan, mengatasi kesulitan, dan kemampuan untuk merencanakan masa depan.<sup>1</sup>Retardasi mental dibagi menjadi tiga bagian yaitu, mampu didik, mampu latih dan mampu latih dengan bantuan atau mampu rawat.

Siti Masula, Kepala SLB Bhakti Pemuda Kediri, menjelaskan bahwa:<sup>2</sup>

“Memiliki anak retardasi mental bukanlah suatu kenyataan yang mudah diterima oleh setiap orangtua. Keadaan anak retardasi mental yang demikian lemah secara fisik dan psikis, tentu membutuhkan perhatian yang lebih besar dari orangtua. Selain itu, tanggapan negatif masyarakat mengenai anak retardasi mental cukup menjadi beban bagi keluarga. Sehingga tidak semua orangtua dapat menerima kondisi anak retardasi mental dengan baik, bahkan tidak sedikit dari orangtua yang merasa malu, terpukul, kecewa, dan menolak dengan kenyataan yang ada”.

Tanggapan negatif dari masyarakat tentang anak retardasi mental seperti mengejek dan menjauhi anak-anak dengan retardasi mental, dapat menimbulkan berbagai macam reaksi dari orangtua yang memiliki anak retardasi mental, seperti orangtua yang mengucilkan anaknya atau tidak mengakui sebagai anak retardasi mental. Dan ada pula orangtua yang menyembunyikan dari masyarakat karena orangtua merasa malu mempunyai anak dengan keterbelakangan mental.

---

<sup>1</sup>Ibid,77.

<sup>2</sup>Siti Masula, Kepala SLB Bhakti Pemuda Kota Kediri, Kediri, 29 April 2019.

Besarnya tekanan dari dalam dan dari luar diri orangtua dapat menimbulkan rasa sedih, kecewa, frustrasi, minder dengan lingkungan sekitar dan stres dalam menjalani hidup. Oleh karena itu, orangtua yang memiliki anak retardasi mental harus memiliki kemampuan untuk menghadapi dan mengatasi konflik yang ada sehingga dapat meneruskan kehidupannya dengan lebih baik.

Kemampuan orangtua dalam menghadapi dan mengatasi konflik yang ada disebut resiliensi. Resiliensi merupakan faktor yang berperan penting dalam bertahan mengatasi masalah. Grotberg menyatakan bahwa resiliensi adalah kemampuan seseorang untuk menilai, mengatasi, dan meningkatkan diri ataupun mengubah dirinya dari keterpurukan atau kesengsaraan dalam hidup, karena setiap orang itu pasti mengalami kesulitan ataupun sebuah masalah dan tidak ada seseorang yang hidup di dunia tanpa suatu masalah ataupun kesulitan.<sup>3</sup>

Menurut Reivich dan Shatte, resiliensi menggambarkan kemampuan individu untuk merespons kesengsaraan atau trauma yang dihadapi dengan cara-cara sehat dan produktif.<sup>4</sup> Secara umum, resiliensi ditandai oleh sejumlah karakteristik, yaitu adanya kemampuan dalam menghadapi kesulitan, ketangguhan dalam menghadapi stress, ataupun bangkit dari trauma yang dialami.<sup>5</sup>

Orangtua yang resilien akan mampu beradaptasi dengan perubahan yang ada, mengatasi tekanan, memandang hidup secara positif, pulih, dan

---

<sup>3</sup>Wiwin Hendriani, *Resiliensi Psikologis*, (Jakarta Timur: Prenadamedia Group, 2018), 22.

<sup>4</sup>Ibid.

<sup>5</sup>Ibid.

berkembang menjadi individu yang lebih kuat dan bijak. Menurut Reivich dan Shatte, untuk dapat menjadi individu yang resilien, seseorang harus memiliki keahlian-keahlian yang merupakan faktor-faktor resiliensi, yaitu: regulasi emosi, pengendalian impuls, optimisme, kemampuan menganalisis masalah, empati, efikasi diri, dan pencapaian.<sup>6</sup>

Salah satu beban fisik, penyebab stres pada orangtua yang memiliki anak retardasi mental berkaitan dengan ketidakmampuan anak dalam melakukan aktivitas sehari-hari, adalah orangtua harus selalu membantu dan mendampingi anaknya. Hal ini tentu saja menyebabkan orangtua mengalami kelelahan fisik. Sedangkan beban psikis yang dirasakan orangtua berkaitan dengan proses penerimaan mulai dari rasa kaget, kecewa, rasa bersalah atas kondisi anak, serta ada tidaknya dukungan keluarga.<sup>7</sup>

Orangtua yang bisa menyadari bahwa anak yang mengalami retardasi mental memerlukan tempat aman bagi perkembangan jiwa anak. Orangtua yang dapat menerima keadaan dirinya, yang mempunyai anak retardasi mental, akan tetap memberikan perhatian dan kasih sayang kepada anak retardasi mental seperti anak-anak lain yang dimilikinya agar dapat menciptakan relasi atau hubungan sehat dengan anak dan menyediakan kebutuhan fisik, serta keamanan bagi anak sehingga tercipta keluarga yang harmonis.

---

<sup>6</sup>Ibid.

<sup>7</sup>Rofatina, Nugraha Arif Karyanta, dan Pratista Arya Satwika, "Hubungan Antara Regulasi Emosi dan Religiusitas dengan Resiliensi Pada Ibu yang Memiliki Anak Tunagrahita di SLB C YPSLB Kerten Surakarta" *Skripsi Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas SebelasMaret*, (2015), 2.

Namun, tidak semua orangtua yang memiliki anak retardasi mental mempunyai kemampuan untuk beresiliensi dalam dirinya, ada individu yang telah mencapai resiliensi, ada pula individu yang masih dalam proses pemulihan. Proses resiliensi akan berbeda satu dengan yang lain.

Dalam penelitian ini, peneliti melakukan penelitian di SLB Bhakti Pemuda Kota Kediri dikarenakan kurangnya gambaran mengenai resiliensi pada orangtua dengan anak retardasi mental. Jumlah keseluruhan siswa retardasi mental di SLB Bhati Pemuda berjumlah 44 siswa, dengan orangtua yang sadar akan pentingnya resiliensi sebanyak 15%.<sup>8</sup>

Berdasarkan hal tersebut, peneliti ingin mengetahui lebih lanjut tentang “resiliensi pada orangtua dengan anak retardasi mental di SLB Bhakti Pemuda Kota Kediri”.

## **B. Fokus Penelitian**

Fokus penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Bagaimana proses terbentuknya resiliensi pada orangtua dengan anak retardasi mental di SLB Bhakti Pemuda Kota Kediri?
- b. Faktor apa saja yang berpengaruh terhadap resiliensi orangtua dengan anak retardasi mental di SLB Bhakti Pemuda Kota Kediri?

---

<sup>8</sup> Siti Masula, Kepala SLB Bhakti Pemuda Kota Kediri, Kediri, 29 April 2019.

### **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Untuk mengetahui proses terbentuknya resiliensi pada orangtua yang memiliki anak retardasi mental di SLB Bhakti Pemuda Kota Kediri.
- b. Untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi orangtua dengan anak retardasi mental di SLB Bhakti Pemuda Kota Kediri.

### **D. Kegunaan penelitian**

- a. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan mampu menambah ilmu pengetahuan psikologi dan memberikan pemahaman mengenai resiliensi orangtua dalam membesarkan anak retardasi mental.

- b. Manfaat Praktis

1. Bagi para orangtua akan mengetahui gambaran mengenai resiliensi orangtua dalam membesarkan anak retardasi mental.
2. Bagi institusi dapat mendapatkan informasi dan sumber referensi pada umumnya mengenai resiliensi orangtua dalam membesarkan anak retardasi mental.
3. Bagi peneliti sebagai bahan penyusun penelitian juga bermanfaat langsung dalam memperluas pandangan serta pengetahuan tentang resiliensi orangtua dalam membesarkan anak retardasi mental.

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### **A. Resiliensi**

##### 1. Definisi Resiliensi

Resiliensi berasal dari kata latin “*Resileir*” yang artinya melambung kembali. Awal istilah ini digunakan dalam konteks fisik atau ilmu fisika. Resiliensi berarti kemampuan untuk pulih kembali dari suatu keadaan, kembali ke bentuk semula setelah dibengkokkan, ditekan, atau diregangkan.<sup>1</sup>

Resiliensi adalah kapasitas untuk mempertahankan kemampuan, untuk berfungsi secara kompeten dalam menghadapi berbagai stresor kehidupan<sup>2</sup>. Resiliensi merupakan kemampuan untuk bertahan dan beradaptasi, serta kapasitas manusia untuk menghadapi dan memecahkan masalah setelah mengalami kesengsaran. Menurut Reivich dan Shatte, Resiliensi menggambarkan kemampuan individu untuk merespon kesengsaraan atau trauma yang dihadapi dengan cara-cara sehat dan produktif<sup>3</sup>. Secara umum, resiliensi ditandai oleh sejumlah karakteristik, yaitu: adanya kemampuan dalam menghadapi kesulitan, ketangguhan dalam menghadapi stres ataupun bangkit dari trauma yang dialami<sup>4</sup>.

---

<sup>1</sup> Sekar Ayu Wijayani, dan Hafsa Budi A, “Resiliensi Orang Tua Dalam Membesarkan Anak Retardasi Mental”, *Jurnal Spirits*, Vol. 2 No. 1 (November 2011), 5.

<sup>2</sup> Wiwin Hendriani, *Resiliensi Psikologis*, (Jakarta Timur: Prenadamedia Group, 2018), 22.

<sup>3</sup> Ibid.

<sup>4</sup> Ibid.

Lazarus mendefinisikan resiliensi psikologis sebagai coping efektif dan adaptasi positif terhadap kesulitan dan tekanan<sup>5</sup>. Sementara menurut Richardson, resiliensi adalah proses coping terhadap stresor, kesulitan, perubahan, maupun, tantangan yang dipengaruhi oleh faktor protektif. Resiliensi psikologi ini akan mencerminkan bagaimana kekuatan dan ketangguhan yang ada didalam diri seseorang. Resiliensi psikologis ditandai oleh kemampuan untuk bangkit dari pengalaman emosional yang negatif. Seseorang yang resilien akan berusaha untuk menghadapi dan kemudian bangkit dari berbagai kondisi stres dengan kemampuan yang dimiliki<sup>6</sup>.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa resiliensi merupakan sebuah proses dinamis yang melibatkan peran berbagai faktor individual maupun sosial atau lingkungan, yang mencerminkan kekuatan dan ketangguhan seseorang untuk bangkit dari pengalaman emosional negatif saat menghadapi situasi sulit yang menekan atau mengandung hambatan yang signifikan.<sup>7</sup>

---

<sup>5</sup>Ibid.,23.

<sup>6</sup>Ibid.

<sup>7</sup>Ibid.,24.

## 2. Aspek Resiliensi

Menurut Reivich dan Shatte, terdapat tujuh aspek dalam resiliensi, yaitu:<sup>8</sup>

### a. *Emotional Regulation*

Regulasi emosi merupakan kemampuan untuk tetap tenang dalam kondisi yang penuh tekanan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa individu yang kurang mampu mengatur emosi akan mengalami kesulitan dalam membangun dan menjaga hubungan dengan orang lain. Sebaliknya, kemampuan yang baik dalam meregulasi akan berkontribusi terhadap kemudahan dalam mengelola respon saat berinteraksi dengan orang lain maupun berbagai kondisi lingkungan.

Reivich dan Shatte, mengungkapkan dua buah keterampilan yang dapat memudahkan individu untuk melakukan regulasi emosi, yaitu:

#### 1. *Calming*

Calming merupakan ketrampilan untuk meningkatkan kontrol individu terhadap respon tubuh dan pikiran ketika berhadapan dengan stres dengan cara relaksasi. Melalui relaksasi individu dapat mengontrol jumlah stres yang dialami.

---

<sup>8</sup>Ibid.,51-56.

## 2. *Focusing*

Ketrampilan untuk fokus pada permasalahan yang ada memudahkan individu untuk menemukan solusi dari permasalahan tersebut.

### b. *Impulse Control*

Pengendalian impuls adalah kemampuan individu untuk mengendalikan keinginan, dorongan, kesukaan, serta tekanan yang muncul dari dalam dirinya. Individu yang memiliki kemampuan pengendalian impuls yang rendah, cepat mengalami perubahan emosi yang pada akhirnya mengendalikan pikiran dan perilaku mereka. Kemampuan individu untuk mengendalikan impuls sangat terkait dengan kemampuan regulasi emosi yang ia miliki.

### c. *Optimism*

Individu yang resilien adalah individu yang optimis. Mereka yakin bahwa berbagai hal dapat berubah menjadi lebih baik. Mereka memiliki harapan terhadap masa depan dan percaya bahwa mereka dapat mengontrol arah kehidupannya. Optimisme akan menjadi hal yang sangat bermanfaat untuk individu bila diiringi dengan *self-efficacy*. Hal ini dikarenakan dengan optimisme yang ada seorang individu terus didorong untuk menemukan solusi

permasalahan dan terus bekerja keras demi kondisi yang lebih baik.

d. *Empathy*

Empati menggambarkan sebaik apa seseorang dapat membaca petunjuk dari orang lain berkaitan dengan kondisi psikologis dan emosional orang tersebut. Beberapa individu memiliki kemampuan yang cukup mahir dalam menginterpretasikan bahasa-bahasa nonverbal yang ditunjukkan oleh orang lain, seperti ekspresi wajah, intonasi suara, bahasa tubuh, dan mampu menangkap apa yang dipikirkan dan dirasakan orang lain.

e. *Causal Analysis*

Analisis kausal merupakan istilah yang digunakan untuk merujuk pada kemampuan individu untuk secara akurat mengidentifikasi penyebab dari permasalahan mereka. Individu yang resilien tidak akan menyalahkan orang lain atas kesalahan yang mereka perbuat demi menjaga *self-esteem* mereka atau membebaskan mereka dari rasa bersalah. Mereka tidak terlalu terfokus pada faktor-faktor yang berada di luar kendali mereka, sebaliknya mereka memfokuskan dan memegang kendali penuh pada pemecahan masalah, perlahan mereka mulai

mengatasi permasalahan yang ada, mengarahkan hidup mereka, bangkit dan meraih kesuksesan.

f. *Self-efficacy*

Menggambarkan keyakinan seseorang bahwa ia dapat memecahkan masalah yang dialaminya dan keyakinan seseorang terhadap kemampuannya untuk mencapai kesuksesan. *Self-efficacy* merupakan hal yang sangat penting untuk mencapai resiliensi.

g. *Reaching Out*

*Reaching out* menggambarkan kemampuan seseorang untuk mencapai keberhasilan. Menunjukkan adanya keberanian untuk melihat masalah sebagai tantangan bukan ancaman dan adanya kemampuan pada seseorang untuk mencapai keberhasilan didalam hidupnya. Banyak individu yang tidak mampu melakukan *reaching out*. Hal ini dikarenakan mereka telah diajarkan sejak kecil untuk sedapat mungkin menghindari kegagalan dan situasi yang memalukan. Mereka adalah individu-individu yang lebih memilih memiliki kehidupan standar dibandingkan harus meraih kesuksesan namun harus berhadapan dengan resiko kegagalan hidup dan hinaan masyarakat. Hal ini menunjukkan kecenderungan individu untuk berlebihan (*overestimate*) dalam memandang kemungkinan

hal-hal buruk yang dapat terjadi di masa mendatang. Individu-individu ini memiliki rasa ketakutan untuk mengoptimalkan kemampuan mereka hingga batas akhir.

### 3. Fakto-faktor resiliensi

Menurut Grotberg ada beberapa faktor dari resiliensi yaitu sebagai berikut:<sup>9</sup>

#### a. *I Have* (sumber dukungan eksternal)

*I have* adalah sumber resiliensi yang berhubungan dengan besarnya dukungan sosial yang diperoleh dari sekitar. Sebagaimana dipersepsikan atau dimaknai oleh individu. Sumber *I have* memiliki beberapa kualitas yang dapat menjadi penentu bagi pembentukan resiliensi, yaitu:

- Hubungan yang dilandasi dengan kepercayaan.
- Struktur dan peraturan yang ada dalam keluarga atau lingkungan rumah.
- Model-model peran.
- Dorongan seseorang untuk mandiri(otonomi).
- Akses terhadap fasilitas seperti layanan kesehatan, pendidikan, keamanan, dan kesejahteraan.

---

<sup>9</sup>Ibid., 44.

b. *I Am* (kemampuan Individu)

*I am* adalah sumber resiliensi yang berkaitan dengan kekuatan pribadi dalam diri individu. Sumber ini mencakup perasaan, sikap dan keyakinan pribadi. Beberapa kualitas pribadi yang mempengaruhi *I am* dalam membentuk resiliensi<sup>10</sup> adalah:

- Penilaian personal bahwa diri memperoleh kasih sayang dan disukai oleh banyak orang.
- Memiliki empati, kepedulian dan cinta terhadap orang lain.
- Mampu merasa bangga dengan diri sendiri.
- Memiliki tanggung jawab terhadap diri sendiri dan dapat menerima konsekuensi atas segala tindakannya.
- Optimis, percaya diri dan memiliki harapan akan masa depan.

c. *I Can*(kemampuan sosial dan interpersonal)

*I can* adalah sumber resiliensi yang berkaitan dengan usaha yang dilakukan oleh seseorang dalam memecahkan masalah menuju keberhasilan dengan kekuatan diri sendiri. *I can* berisi penilaian atas kemampuan diri yang mencakup kemampuan

---

<sup>10</sup>Ibid., 45.

menyelesaikan persoalan, keterampilan sosial dan interpersonal. Sumber resiliensi ini terdiri atas:

- Kemampuan dalam berkomunikasi.
- Problem solving atau pemecahan masalah.
- Kemampuan mengelola perasaan, emosi dan impuls-impuls.
- Kemampuan mengukur temperamen sendiri dan orang lain.
- Kemampuan menjalin hubungan yang penuh kepercayaan.

Grotberg lebih lanjut menjelaskan bahwa ketiga komponen diatas akan mempengaruhi perilaku individu menjadi relatif stabil, dengan respons-respons yang bermakna terhadap berbagai macam situasi dan kondisi yang dihadapi.<sup>11</sup>

## **B. Anak Retardasi Mental**

### **1. Definisi Retardasi Mental**

Menurut Chaplin J.P, retardation adalah proses perlambatan perkembangan mental seseorang, satu kegagalan untuk maju berkembang secara normal di sekolah.<sup>12</sup> Retardasi mental (*mental retardation*), yaitu keterlambatan yang mencakup tentang yang

---

<sup>11</sup>Ibid.,46.

<sup>12</sup>J.P Chaplin, *Kamu Lengkap Psikologi*, terj. Kartini Kartono (Jakarta: Raja Grafindo Persada,2011),433.

luas dalam perkembangan fungsi kognitif dan sosial. Perkembangan retardasi mental bervariasi, banyak anak dengan retardasi mental menjadi lebih baik seiring berjalannya waktu, terutama bila mereka mendapatkan dukungan, bimbingan, dan kesempatan pendidikan yang besar. Mereka yang tumbuh dalam lingkungan yang kurang mendukung dapat mengalami kegagalan untuk berkembang atau kemunduran dalam hubungannya dengan anak-anak lain.<sup>13</sup>

Menurut PPDGJ-III, retardasi mental adalah suatu keadaan perkembangan jiwa yang terhenti atau tidak lengkap, yang terutama ditandai oleh terjadinya hendaya keterampilan selama masa perkembangan, sehingga berpengaruh pada tingkat kecerdasan secara menyeluruh, misalnya kemampuan kognitif, bahasa, motorik, dan sosial.<sup>14</sup>

Retardasi mental didiagnosis berdasarkan kombinasi dari 3 kriteria yaitu<sup>15</sup>:

- a. Skor rendah pada tes intelegensi formal (skor IQ kira-kira 70 atau di bawahnya).

---

<sup>13</sup>Jeffrey S. Nevid, Spencer A. Rathus, dan Beverly Greene, *Psikologi Abormal Edisi kelima* (Jakarta, Erlangga:2005),149.

<sup>14</sup>Rusdi Maslim,*Diagnosis Gangguan Jiwa, Rujukan Ringkas PPDGJ-III dan DSM-5* (Jakarta:Bagian Ilmu Kedokteran Jiwa FK-Unika Atmajaya,2013),118.

<sup>15</sup>Rini Hidayati,dkk, *Penanganan Anak Berkelainan (anak dengan kebutuhan khusus)* (Jakarta, Universitas Terbuka,2005),6.5.

- b. Adanya bukti hendaya dalam melakukan tugas sehari-hari dibandingkan dengan orang lain yang seusianya dalam lingkup budaya tertentu.
- c. Perkembangan terjadi sebelum usia 18 tahun.

## 2. Penyebab Retardasi Mental

Penyebab retardasi mental secara umum dapat terjadi karena faktor genetik, biologis non-keturunan, dan lingkungan<sup>16</sup>

### a. Faktor genetik

Pada saat pembuahan sel sperma melepaskan 23 kromosom dan sel telur melepaskan 23 kromosom pula sehingga berjumlah 46 kromosom. Kromosom yang memecah diri menjadi partikel kecil disebut gen yang berarti pembawa sifat-sifat keturunan anak. Lebih dari 150 kerusakan gen yang diketahui dapat menyebabkan keterbelakangan mental, walaupun kebanyakan jarang terjadi. Dalam hal ini gen gagal memberikan perintah memproduksi enzim yang diperlukan dalam yang normal, atau pembentukan enzim yang salah. Dalam hal lain struktur abnormal terjadi pada autosom atau pada kromosom seks. Keterbelakangan mental adalah suatu bentuk sebagai akibat adanya sebuah kromosom tambahan pada pasangan ke-21 dari autosom (pasangan yang normal).

---

<sup>16</sup>Ibid.

Keadaan ini berlangsung sejak individu berada pada masa konsepsi. Terjadi kelainan kromosom karena penambahan atau pengurangan suatu kromosom. Akibatnya terjadi kelainan secara fisik maupun fungsi-fungsi kecerdasan.<sup>17</sup>

b. Biologis non-keturunan

Retardasi mental tidak hanya dapat terjadi karena faktor genetik tetap juga banyak hal non genetik yang menyebabkan keterbelakangan mental, termasuk radiasi, gizi ibu yang buruk, obat-obatan, dan faktor rhesus adalah contoh beberapa hal yang dapat menyebabkan keterbelakangan mental.<sup>18</sup>

c. Lingkungan

Selain keadaan genetik dan biologis, faktor lingkungan juga dapat berperan sebagai penyebab retardasi mental, terutama berkaitan dengan kesempatan stimulasi yang diberikan kepada anak. Penolakan orang tua, misalnya, dapat menjadi penyebab retardasi mental. Anak yang tidak diterima oleh orang tuanya, sangat mungkin telah mendapatkan stimulasi yang cukup untuk optimalisasi perkembangannya. Demikian pula karena keadaan ekonomi keluarga yang sangat kekurangan sehingga anak tidak

---

<sup>17</sup>Ibid.

<sup>18</sup>Ibid.

mendapat fasilitas untuk stimulasi perkembangannya, misalnya pendidikan, ketersediaan buku atau mainan.<sup>19</sup>

### 3. Karakteristik Anak dengan Retardasi Mental

Secara umum, terlihat bahwa anak dengan retardasi mental memiliki karakteristik tertentu yang dapat diamati sebagai berikut.

- a. Menunjukkan ada kendala pada aspek rentang perhatian, daya ingat dan belajar. Dalam kesehariannya, anak dengan retardasi mental memiliki kesadaran yang rendah mengenai bagaimana cara mereka belajar dan berfikir. Anak tersebut mengalami kesulitan untuk melakukan generalisasi atas apa yang sudah dipelajari terhadap situasi baru. Akibatnya mereka sering kali menunjukkan keputusasaan atau kemampuan belajar hal-hal baru.
- b. Aktifitas bermain yang dilakukan anak dengan retardasi mental serupa dengan anak yang usianya jauh lebih kecil dari mereka. Demikian pula dengan perilakunya yang cenderung kekanak-kanakan atau tidak sama seperti anak sebayanya.<sup>20</sup>

---

<sup>19</sup>Ibid., 6.6.

<sup>20</sup>Ibid., 6.7.

#### 4. Klasifikasi Gangguan Retardasi Mental

Para ahli melakukan klasifikasi gangguan anak dengan retardasi mental menjadi tiga tingkatan yaitu<sup>21</sup>: retardasi mental ringan, sedang, dan berat.

Tabel. 1

Klasifikasi Gangguan Retardasi Mental

Tingkat Retardasi Mental	Kategori Pendidikan	Kisaran IQ (skala Wechsler)
Ringan	Mampu didik	69 – 55
Sedang	Mampu latih	54 – 40
Berat	Mampu latih dengan bantuan	39 – 25

Retardasi mental dibagi menjadi tiga bagian, yaitu mampu didik, mampu latih, dan mampu latih dengan bantuan atau mampu rawat. Anak dengan tingkat retardasi mental ringan (mampu didik) memiliki IQ 70-55 diharapkan mampu menguasai pendidikan dasar seperti membaca, menulis, dan berhitung sederhana. Mereka juga masih bisa mengembangkan keterampilan sosial dan komunikasinya. Anak dengan retardasi mental ringan sulit dibedakan dengan anak normal pada usia dini.

---

<sup>21</sup>Ibid.

Perbedaan akan semakin jelas ketika anak berada di usia sekolah, yaitu sekitar 7 tahun.<sup>22</sup>

Pada anak-anak dengan tingkat retardasi mental sedang (mampu latih) memiliki IQ 54-40 lebih diarahkan pada sosialisasi, kegiatan bantu diri, dan aktivitas pekerjaan sederhana. Mereka diharapkan dapat mengurus dirinya sendiri dan melakukan pekerjaan sederhana yang dapat memberi penghasilan, sehingga mereka tidak bergantung pada orang lain. Kemampuan komunikasi anak akan sedikit terlambat, karena kesadaran sosialnya yang berada jauh di bawah rata-rata anak seusianya. Biasanya, anak dengan tingkat retardasi mental sedang juga mengalami masalah fisik, seperti *down syndrome, microcephaly*, atau gangguan pada susunan saraf.<sup>23</sup>

Untuk anak-anak dengan tingkat retardasi mental berat (mampu rawat) memiliki IQ 39- 25 biasanya mereka mengalami perkembangan motorik dan komunikasi yang buruk, sehingga pelatihan bantu diri yang diberikan harus disertai dengan pengawasan dari orang lain.<sup>24</sup>

---

<sup>22</sup>Ibid.,6.5.

<sup>23</sup>Ibid.

<sup>24</sup>Ibid.

### C. Resiliensi dalam Perspektif Islam

Setiap individu pasti pernah mengalami situasi yang menekan dalam hidupnya. Keadaan yang menekan bersumber dari setiap permasalahan yang dialami setiap individu, kemampuan individu dalam bertahan dan bangkit dari berbagai kondisi sulit yang dialaminya disebut dengan resiliensi.<sup>25</sup>

Dalam menghadapi setiap cobaan, manusia dituntut untuk berikhtiar, melakukan usaha, bergerak dalam rangka memperbaiki dirinya dan menyelesaikan masalahnya. Dan sebaliknya Allah membenci orang-orang yang tinggal diam dan merenungi nasibnya secara terus menerus, karena sebagaimana yang disebutkan dalam hadist, Allah tidak akan merubah nasib suatu kaum kecuali jika ia berusaha mengubahnya sendiri, sebagaimana yang disebutkan dalam al-Qur'an surat Al-Anfal ayat 53 yaitu : “ *sesungguhnya Allah tidak akan mengubah nikmat yang telah diberikan-Nya kepada suatu kaum, hingga kaum itu mengubah apa yang ada pada diri mereka sendiri. Sesungguhnya Allah maha mendengar, dan Maha Mengetahui* ”.<sup>26</sup>

Dalam ajaran Islam yang direpresentatitkan al-Qur'an dan Hadist konsep resiliensi berkaitan erat dengan pemaknaan kemampuan dalam menghadapi tantangan dan ujian dalam kehidupan manusia.<sup>27</sup> Tantangan dan ujian seringkali silih berganti untuk menguji keimanan dan ketaqwaan seseorang kepada Allah SWT. Sebagaimana telah difirmankan Allah SWT

---

<sup>25</sup>Shofiatina Qurrota A'yun, “Resiliensi Ibu yang Memiliki Anak Down Syndrome”, *Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang (2015)*, 15.

<sup>26</sup>QS. Al-Anfal (184): 53

<sup>27</sup>Muhammad Andi Setiawan, dan Karyono Ibnu Ahmad, “Ketrampilan Resiliensi Dalam Perspektif Surah Ad-Dhuha”, *Jurnal Fokus Konseling*, Vol 4, No.1(2018), 37-50.

alam al-Qur'an surah Ibrahim ayat 5 yaitu: *Dan sesungguhnya kami telah mengutus musa dengan membawa ayat-ayat Kami,(dan kami perintahkan kepadanya): “Keluarkanlah kaummu dari gelap gulita kepada cahaya terang benderang dan ingatkanlah mereka kepada hari-hari Allah”. Sesungguhnya pada yang demikian itu terdapat tanda-tanda (kekuasaan Allah) bagi setiap orang penyabar dan banyak bersyukur.*<sup>28</sup>

Selain dalam surah tersebut, Allah SWT juga menyebutkan dalam surah Luqman ayat 31, Saba' ayat 19, dan Asy-Syuura ayat 33. Allah menjelaskan dua keadaan yaitu sabar ketika menghadapi musibah dan bersyukur ketika memperoleh nikmat.<sup>29</sup> Hendaknya seorang mukmin mengetahui bahwasannya ketika Allah SWT memberikan kelapangan pada seorang hamba berupa kenikmatan harta, sehat, anak dan kenikmatan lainnya bukan merupakan bukti Allah meridhoi dan memberi kemuliaan kepada hamba tersebut. Demikian pula kesempitan yang diperoleh seorang hamba berupa kekurangan harta, musibah sakit dan lain-lain, tidak menunjukkan bahwa Allah tidak ridho atau sedang menghinakan hambanya.<sup>30</sup>

Oleh karena itu, pemaknaan resiliensi dalam ajaran Islam dapat dimaknai dalam dua dimensi, yakni dimensi dalam keadaan susah atau sulit tetapi juga dalam kondisi luas dan lapang. Ketika dalam kondisi luas dan lapang diingatkan untuk menyadari keadaan susah atau sulit, namun sebaliknya

---

<sup>28</sup>QS. Ibrahim (14): 5

<sup>29</sup>Muhammad Andi Setiawan, dan Karyono Ibnu Ahmad, “Ketrampilan Resiliensi Dalam Perspektif Surah Ad-Dhuha”, *Jurnal Fokus Konseling*, Vol 4, No.1(2018), 37-50.

<sup>30</sup>Ibid.,40.

apabila dalam keadaan susah atau sulit adanya harapan yang akan memberikan kondisi luas dan lapang di kemudian hari. Sehingga resiliensi Islam memperhatikan keseimbangan keduanya dalam rangka bersyukur atas karunia Allah SWT.<sup>31</sup>

---

<sup>31</sup>Ibid.,41.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis Penelitian**

Penelitian ini adalah penelitian kualitatif. Strauss menyatakan bahwa yang dimaksud dengan istilah penelitian kualitatif adalah suatu jenis penelitian yang menghasilkan temuan-temuan yang tidak dapat diperoleh oleh alat-alat prosedur statistik atau alat-alat kuantitatif lainnya. Hal ini dapat mengarah pada penelitian tentang kehidupan, sejarah, perilaku seseorang atau hubungan interaksional.<sup>1</sup>

Sedangkan jenis penelitian yang penulis gunakan dalam penelitian ini adalah jenis penelitian studi kasus. Studi kasus adalah suatu kajian yang rinci tentang satu latar, atau subyek tunggal, atau satu tempat penyimpanan dokumen, atau suatu peristiwa tertentu.<sup>2</sup>

#### **B. Kehadiran Peneliti**

Kehadiran peneliti disini berperan sebagai instrumen kunci. Instrumen kunci ialah peneliti berperan sebagai alat pengumpul data utama.<sup>3</sup> Sebagai instrumen kunci, dalam penelitian ini, peneliti membuat seperangkat alat observasi dan pedoman wawancara yang digunakan sebagai panduan umum dalam proses pencatatan.

---

<sup>1</sup>Rulam Ahmadi, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2014),15.

<sup>2</sup>Ibid.,69

<sup>3</sup>Djam'an Satori dan Aan Komariah, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Bandung: Alfabeta, 2013).  
62.

### **C. Lokasi Penelitian dan Subyek Penelitian**

Dalam penelitian ini, peneliti mengambil lokasi penelitian di SLB Bhakti Pemuda Kota Kediri. Subyek pada penelitian ini berjumlah 5 orang, yaitu orang tua murid dari anak retardasi mental yang bersekolah di SLB Bhakti Pemuda Kediri dengan kriteria sebagai berikut:

1. Orangtua/pengasuh anak retardasi mental.
2. Anak dengan diagnosis retardasi mental.
3. Anak yang bersekolah di SLB Bhakti Pemuda Kota Kediri.

### **D. Sumber Data**

Data dalam penelitian ini adalah semua data atau informasi meliputi ucapan, tulisan, serta perilaku-perilaku yang dapat diamati. Berkaitan dengan hal itu, penelitian ini menggunakan dua jenis data, yaitu data primer dan data sekunder. Data primer adalah data penelitian yang diperoleh dari sumber asli (tidak melalui media perantara). Data ini diperoleh melalui observasi terhadap subyek penelitian dan wawancara yang dilakukan dengan narasumber. Sedangkan data sekunder dari penelitian ini diperoleh dari keluarga dan tetangga dari subyek.

## E. Metode Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini, metode pengumpulan data yang digunakan peneliti sebagai berikut :

### 1. Observasi

Observasi adalah pengamatan secara langsung dilokasi penelitian. Dalam hal ini, peneliti menggunakan observasi partisipasi moderat dimana terdapat keseimbangan antara peneliti menjadi orang dalam dengan orang luar.<sup>4</sup> Subyek dalam observasi adalah orang tua/pengasuh, anak yang mengalami retardasi mental, dan interaksi antara orang tua atau pengasuh dengan anak retardasi mental.

### 2. Wawancara

Wawancara adalah percakapan dengan maksud tertentu. Percakapan dilakukan oleh dua orang atau lebih, dimana wawancara ini dimaksudkan untuk mengkonstruksi mengenai orang, kejadian, organisasi, perasaan dan sebagainya.<sup>5</sup> Wawancara dalam penelitian ini menggunakan wawancara terstruktur, dimana sebelum proses wawancara, peneliti telah menyiapkan instrumen penelitian berupa pertanyaan tertulis.<sup>6</sup> Dalam penulisan *interview guide* peneliti menuliskan aspek resiliensi menurut *Reivich dan Shatte*, terdapat tujuh aspek dalam resiliensi yaitu: *emotional regulation, impulse control, optimism, empati, causal analysis, self-efficacy*, dan *reaching out*. Sedangkan untuk faktor resiliensi peneliti menggunakan

---

<sup>4</sup>Sugiyono, *Metodologi Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*, (Bandung: Alfabeta, 2015),311.

<sup>5</sup>Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Remaja Rosda Karya,2014),186.

<sup>6</sup>Ibid.,318.

teori dari *Grotherg*, ada beberapa faktor resiliensi, yaitu sumber dukungan eksternal (*I Have*), kemampuan individu (*I am*), kemampuan sosial dan interpersonal (*I Can*). Dalam proses wawancara, peneliti membawa instrument sebagai pedoman, selain itu juga menggunakan alat bantu seperti alat perekam suara, buku catatan, dan kamera.

## F. Analisis Data

Analisis data dalam penelitian kualitatif dilakukan sejak sebelum memasuki lapangan, selama dilapangan, dan setelah selesai dilapangan. Dalam penelitian kualitatif, analisis data lebih difokuskan selama proses dilapangan bersamaan dengan pengumpulan data.<sup>7</sup> Penelitian ini menggunakan analisis data dari Miles dan Huberman, dimana ada tiga alur kegiatan, yaitu sebagai berikut:

### 1. Reduksi Data

Reduksi data adalah pemilihan, pemusatan perhatian pada penyederhanaan, pengabstrakkan dan transformasi data “kasar” yang muncul dari catatan lapangan.<sup>8</sup> Reduksi data dibuat dengan membuat dan merangkum tema, mencari hal-hal yang pokok dan membuang hal yang tak perlu guna mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya.<sup>9</sup>

---

<sup>7</sup>Sugiyono, *Metodologi Penelitian Pendidikan*(Bandung:Alfabeta,2016),336.

<sup>8</sup>Husaini Usman dan Purnomo Setiadi akbar, *Metodologi Penelitian Sosial* (Jakarta, PT Bumi aksara,2009),85.

<sup>9</sup>Sugiyono, *Metodologi penelitian Pendidikan* (Bandung:Alfabeta,2016),338.

## 2. Penyajian Data

Penyajian data adalah proses penyusunan informasi yang kompleks ke dalam bentuk yang sistematis, sehingga menjadi lebih sederhana dan selektif sehingga dapat dipahami maknanya. Penyajian data yang paling sering digunakan dalam penelitian kualitatif adalah berupa teks naratif.<sup>10</sup>

## 3. Penarikan Kesimpulan

Penarikan kesimpulan adalah langkah paling akhir yang dilakukan peneliti dalam menganalisa data secara kontinue, baik pada saat pengumpulan data. Data yang sudah direduksi dapat ditarik suatu kesimpulannya sebagai hasil dari perolehan data-data penelitian dilapangan secara induktif, yaitu pengambilan kesimpulan dimulai dari pernyataan atau fakta-fakta khusus menuju pada kesimpulan yang bersifat umum.<sup>11</sup>

## G. Pengecekan Keabsahan Data

Keabsahan data merupakan konsep penting yang diperbarui dari konsep kesahihan (validasi) dan keandalan (reliabilitas) suatu data tersebut. Menurut Moleong, pengecekan keabsahan data dilakukan dengan beberapa cara, yaitu<sup>12</sup>:

---

<sup>10</sup>Ibid., 341.

<sup>11</sup>Nana Sudjana, *Tuntunan Penyusunan Karya Ilmiah (Makalah, Skripsi, Tesis, Disertasi)*, (Bandung: Sinar Baru Algesindo, 1997),7.

<sup>12</sup>Lexy J, Moelong, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Remaja Rosda Karya, 2014),157.

1. Ketekunan pengamatan melalui observasi.

Inti dari kebutuhan ketekunan pengamatan adalah untuk memperoleh tingkat kedalaman terhadap penelitian yang dilakukan. Pengamatan yang lebih rinci dibutuhkan khususnya terhadap fenomena yang menonjol pada saat penelitian dilapangan.

2. Teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain di luar keperluan pengecekan atau sebagai perbandingan terhadap data yang diperoleh. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik triangulasi dengan sumber dan triangulasi dengan metode. Teknik triangulasi dengan sumber, dilakukan dengan cara membandingkan data yang diperoleh langsung dari subyek penelitiandan data yang diperoleh dari Sekolah. Sedangkan triangulasi dengan metode dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan beberapa teknik pengumpulan data, yaitu dengan observasi dan wawancara terstruktur.

## **H. Tahap – tahap Penelitian**

Penelitian ini dilakukan melalui empat tahapan, yaitu:

1. Tahap pra lapangan meliputi penyusun proposal penelitian, menentukan fokus penelitian, konsultasi, mengirim surat izin penelitian dan seminar proposal.

2. Tahap melakukan penelitian meliputi kegiatan pengumpulan data atau informasi yang terkait dengan fokus penelitian dan pencatatan data.
3. Tahap analisis data meliputi kegiatan analisis data, pengecekan keabsahan data dan memberi makna.
4. Tahap penyusunan laporan meliputi kegiatan penyusunan hasil penelitian, konsultasi hasil penelitian, perbaikan penelitian, perbaikan hasil konsultasi.