

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Konteks Penelitian

Anak merupakan tujuan hidup yang penting dalam sebuah hubungan pernikahan, kebahagiaan yang datang sangatlah besar tatkala pasang suami istri mengetahui ada calon bayi yang ada di Rahimnya betapa sungguh bersyukur seorang pasangan yang berhasil dalam mencapai tujuan pernikahan yaitu seorang anak yang sangat di nanti-nanti, doa demi doa terpancarkan demi keselamatan sang buah hati. Kelahirannya pun sangat di nanti persiapan demi persiapan dilakukan demi kelancaran persalinan.<sup>1</sup>

Keturunan merupakan suatu hal yang penting untuk keberlangsungan hidup sebuah keluarga. Meskipun tidak semua pasangan setelah menikah langsung diberikan momongan, akan tetapi masa kehamilan adalah suatu momen yang sangat di tunggu dan di dambakan oleh setiap pasangan. Namun, tidak semua orang yang menjalani proses tersebut dengan kondisi lancar, karena setiap orang mempunyai cerita hidup yang berbeda, dengan permasalahan yang berbeda pula.<sup>2</sup>

Kelahiran anak dibutuhkan demi terciptanya keseimbangan dalam keluarga, rumah yang kosong dari keberadaan anak akan menjadi hampa, mematikan jiwa, serta sepi dari canda tawa serta kegembiraan. Anak adalah kebahagiaan lahir batin.<sup>3</sup>

---

<sup>1</sup> Septiana Dewi Indriani, Nainul Fauziah, “*Karena Hidup Harus Terus Berjalan*”, Jurnal Empati, 6 (Januari, 2017), 385-395

<sup>2</sup> Ibid.

<sup>3</sup> Elisa Maynasari, 2008, “Coping Ibu Terhadap Kematian Anak”: UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.

Anak berkebutuhan khusus adalah anak yang memiliki keterbatasan fisik, intelektual, emosi, dan sosial. Anak-anak ini dalam perkembangannya mengalami hambatan, sehingga tidak sama dengan perkembangan anak sebayanya. Hal ini menyebabkan anak berkebutuhan khusus membutuhkan suatu penanganan yang khusus. Anak yang mempunyai keterbatasan fisik belum tentu mempunyai keterbatasan intelektual, emosi, dan sosial. Namun, apabila seorang anak mempunyai keterbatasan intelektual, emosi, dan sosial, biasanya mempunyai keterbatasan fisik.

Tidak mudah untuk mengetahui bahwa seorang anak dikategorikan sebagai anak berkebutuhan khusus, sehingga diperlukan derajat dan frekuensi penyimpangan dari suatu norma. Seorang anak berkebutuhan khusus adalah mereka yang berbeda dari norma sedemikian signifikan dan sedemikian sering sehingga merusak keberhasilan mereka dalam aktivitas social, pribadi, atau Pendidikan.<sup>4</sup>

Mengembangkan potensi dan kemampuan diri dari Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) sebagai bagian dari masyarakat melalui kesempatan berkarya dan bersosialisasi walaupun sederhana namun berarti serta menjadi penyelenggara terapi yang siap dan mampu bersaing.

Pendidikan merupakan hak setiap warga Negara, dimana setiap orang berhak berkembang dan berperan dalam masyarakat, tidak terkecuali anak-anak berkebutuhan khusus. Pendidikan untuk mereka bukan saja menjadi keharusan namun juga sebuah keniscayaan bagi harapan hidup mereka di masa depan. Tidak sedikit bagi anak-anak berkebutuhan khusus dapat mengembangkan kemampuannya melalui Pendidikan dan pengasuhan yang tepat.<sup>5</sup>

---

<sup>4</sup> Admin, " Apa Itu Anak Berkebutuhan Khusus? "

<sup>5</sup> Suharsiwi, *Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus (Yogyakarta: CV Prima Print, 2017), hlm. 7.*

Anak yang terlahir sempurna merupakan harapan semua orang tua. Orang tua mendambakan memiliki anak yang sehat, baik secara jasmani maupun rohani. Tetapi harapan tersebut tidak selalu dapat terwujud. Kenyataan bahwa anak yang dimiliki tidaklah sama dengan anak-anak lain pada umumnya. Anak yang dimiliki ternyata special dibandingkan anak-anak lainnya. Hal inilah yang tidak bisa dihindari oleh orang tua manapun. Beberapa orang tua memunculkan reaksi bervariasi atas kehendak Tuhan tersebut, bahwa anaknya mengalami gangguan.<sup>6</sup> Dalam hal ini bisa dikatakan Anak Berkebutuhan Khusus (ABK).

Ada beberapa faktor penyebab anak berkebutuhan khusus, yaitu sebelum kelahiran seperti faktor genetik, infeksi kelahiran, atau usaha pengguguran. Selama proses kelahiran seperti proses kelahiran yang lama atau prematur dan setelah kelahiran seperti kekurangan nutrisi, terinfeksi penyakit ataupun keracunan.<sup>7</sup>

Ibu merupakan figure mulia yang berhati lembut dan tulus. Kasih sayang yang ditawarkan tak terbatas sepanjang masa. Kata “Ibu” merupakan sebutan kata penghormatan untuk orang tua perempuan. Ibu juga seorang pendamping yang kuat bagi ayah untuk selalu menyemangati jika anggota keluarga yang lain sedih, jadi ibu merupakan sosok sentral yang lebih dekat dengan emosi anak dan lebih tahu kehidupan anak-anaknya. Keberadaan ibu menjadi titik utama dalam mendidik dan memberi bimbingan yang dibutuhkan anak. Terutama ibu yang memiliki Anak berkebutuhan khusus. Tentu cara pemberian bimbingan dan Pendidikan berbeda dengan ibu yang

---

<sup>6</sup> Amina Permata Ummu Hanifah, *kebermaknaan hidup pada orang tua dengan anak retardasi mental di Malang*, (Malang : Skripsi UIN Malang, 2009), hlm.18

<sup>7</sup> Rr. Rahajeng Berlianingtyas Berhayana, *Deskripsi Karakteristik Anak Berkebutuhan Khusus di Sekolah Inklusi*, (Yogyakarta:Skripsi Program S1 Universitas Islam Indonesia Yogyakarta, 2007).

memiliki anak normal. Untuk ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus (ABK) akan lebih intensif dalam merawat mereka.

Ketika mengetahui anaknya berbeda dengan anak-anak lainnya. Seringkali orang tua menunjukkan reaksi emosional tertentu. Terdapat beberapa reaksi emosional yang biasanya dimunculkan orang tua. Orang tua hendaknya memahami dan menyadari emosi-emosi yang dialaminya, sehingga orang tua dapat mengelolanya secara efektif. Beberapa reaksi emosional tersebut antara lain shock, penyangkalan dan merasa tidak percaya, sedih, perasaan terlalu melindungi atau kecemasan, perasaan menolak keadaan, perasaan tidak mampu dan malu, perasaan marah, serta perasaan bersalah, dan berdosa atas apa yang terjadi pada anak.<sup>8</sup>

Secara Psikologi, seseorang yang mengalami stress akan mencari jalan keluar untuk mengatasi perasaan-perasaan yang menekannya, seperti halnya pada ibu yang memiliki ABK mereka berupaya untuk mengatasi stress yang terjadi akibat kelelahan mengawasi atau memberi bimbingan anak, timbulnya kekhawatiran-kekhawatiran pada anak, shock dengan ketentuan yang dialami anak, serta bingung cara merawat dengan kekurangan yang dimiliki anak dalam kondisi tertentu, situasi-situasi yang dinilai mengandung stressor dapat mengakibatkan respon respon negatif baik secara fisik maupun emosional. Tentunya mereka tidak akan membiarkan hal itu berlarut-larut. Mereka akan melakukan berbagai cara untuk mengatasi masalah-masalah tersebut. Hal inilah yang dinamakan Coping Behavior.

Coping stress adalah situasi atau kondisi dimana seorang ibu yang berusaha bangkit dari keterpurukannya setelah mengetahui anak yang dimiliki mempunyai kekurangan.

---

<sup>8</sup> Safaria Triantoro, *Autisme Pemahaman Baru untuk Hidup Bermakna Bagi Orang Tua*, (Yogyakarta ; Graha Ilmu, 2005), Hlm. 18-24

Lazarus dan Folkman mengartikan *coping* sebagai proses seseorang mengatur kesenjangan persepsi antara tuntutan yang menekan dengan kemampuan dalam memenuhi tuntutan tersebut. Lazarus dan Folkman membagi proses coping menjadi dua kategori utama, yaitu suatu coping yang berfokus pada masalah yang dihadapi atau *problem-focused coping* cara untuk mengurangi stressor dimana seseorang mengatasinya dengan mempelajari sesuatu yang baru, dan coping yang berfokus pada emosi atau *emotion-focused coping* yang digunakan untuk mengurangi tekanan emosional pada seseorang yang mengalami stress dan masalah tersebut.<sup>9</sup>

Menurut Lazarus, *Coping* menunjukkan pada berbagai upaya, baik mental maupun perilaku, untuk menguasai, mentoleransi, mengurangi, atau meminimalisasikan suatu situasi atau kejadian yang penuh tekanan. Dalam penelitian ini, *coping stress* mengacu pada suatu upaya yang dilakukan individu untuk mengurangi, mentoleransi, atau mengatasi stress yang ditimbulkan oleh sumber stress yang dianggap membebani individu.<sup>10</sup>

Menurut Lazarus ada 2 strategi *Coping* yang digunakan untuk merespon situasi stress yaitu usaha pemecahan masalah (*Problem Focused Coping*) dan pengaturan emosi (*Emotion Focused Coping*). Menurut Stanton menyatakan bahwa *Problem Focused Coping* adalah usaha untuk melakukan sesuatu yang konstruktif guna mengubah situasi stress. Selanjutnya Stanton mengungkapkan *Emotion Focused Coping* adalah suatu usaha untuk menata reaksi emosi terhadap kejadian stressor. *Coping* yang berpusat pada emosi merupakan cara yang cukup baik, dimana individu

---

<sup>9</sup> Richard S Lazarus. Susan Folkman, *Stress Appraisal and Coping* (New York:Springer Publishing Company, 1984), 141

<sup>10</sup> Taylor, et. All., *Psikologi Sosial*, (Jakarta:Kencana Prenada Media Group, 2009), hlm.550

mencoba merasakan perasaan-perasaan yang positif, menyenangkan, dan dengan berfikir optimis atas peristiwa-peristiwa yang buruk.<sup>11</sup>

Lebih lanjut menyatakan bahwa usaha *coping* umumnya dianggap lebih sukses jika bisa mereduksi kegelisahan psikologi dan indikatornya, seperti detak jantung, denyut nadi atau gejala lainnya. Kriteria kedua dari *coping* yang sukses adalah seberapa cepat orang dapat Kembali keaktifitas norma; sehari-hari. Apabila *coping* bisa mengembalikan kesituasi semula, maka dapat dikatakan *coping* itu sukses. Terakhir dan yang paling umum, *coping* dinilai berdasarkan efektifitasnya dalam mengurangi tekanan psikologi, seperti kecemasan dan depresi.<sup>12</sup>

Dalam hal mengurangi tekanan psikologi, kenyamanan secara fisik dan psikologi yang diberikan oleh orang lain adalah hal yang bermanfaat tatkala individu mengalami stress, dan sesuatu yang sangat efektif terlepas dari strategi mana yang dilakukan untuk mengatasi stress<sup>13</sup>. Hal ini karena berhubungan dengan orang lain merupakan sumber dari rasa nyaman ketika individu merasa tertekan. Kenyamanan secara fisik dan psikologis yang diberikan oleh orang lain disebut dengan dukungan social.

Home Schooling Naluri Citra Insani merupakan Lembaga Pendidikan swasta dibawah Dinas Pendidikan yang berdiri sejak tahun 2015 di Jl. Simo Mulyo Baru 6B No. 18 Surabaya. Untuk proses belajar mengajar Home Schooling Naluri Citra Insani memiliki 2 kelas dan 60 murid. Setiap hari di ajarkan secara bergantian sesuai hari dan jam yang telah ditetapkan. Setiap anak memiliki ketunaan bervariasi seperti anak B

---

<sup>11</sup> *Ibid*, hlm.550

<sup>12</sup> *Ibid*, hlm.551

<sup>13</sup> Baron, &Byrney, *Psikologi Sosial*,(Jakarta:Erlangga,2005).hlm.244

(tunarungu), anak C (tunagrahita), anak D (tunadaksa), anak G (tunaganda), anak Autis, dan anak down syndrome.<sup>14</sup>

Berdasarkan paparan diatas, dapat dilihat bahwa banyak hal yang sangat mungkin terjadi pada ibu yang berpengalaman memiliki ABK. *Stressor* yang dialami setiap ibu akan memberi kesan berbeda. Tentu juga dengan perbedaan bentuk *coping* yang digunakan untuk mengurangi tekanan fisik dan psikologis mereka. Hal inilah yang membuat peneliti ingin menggali lebih dalam dan *komprehensif* mengenai bagaimana stress yang dialami setiap ibu yang memiliki ABK dan bagaimana bentuk *Coping Stres* yang digunakan dalam menghadapi atau mengurangi tekanan itu.

## **B. Fokus Penelitian**

Berdasarkan uraian diatas, maka penulis membatasi fokus penelitian sebagai berikut

1. Bagaimanakah bentuk *Coping Stres* pada setiap ibu yang memiliki Anak Berkebutuhan Khusus di Naluri Citra Insani?
2. Apa saja yang menjadi sumber Stres yang dialami ibu yang memiliki Anak Berkebutuhan Khusus di Naluri Citra Insani?

## **C. Tujuan Penelitian**

1. Untuk mengetahui bentuk *Coping Stres* pada setiap ibu yang memiliki Anak Berkebutuhan Khusus di Naluri Citra Insani
2. Untuk mengetahui sumber Stres yang dialami ibu yang memiliki Anak Berkebutuhan Khusus di Naluri Citra Insani

## **D. Kegunaan Penelitian**

---

<sup>14</sup> Di Papan Profil Home Schooling Naluri Citra Insani

1. Kegunaan Teoritis

Mampu menjadi referensi ilmiah mengenai manfaat *Coping Stres* pada ibu yang memiliki Anak Berkebutuhan Khusus.

2. Kegunaan Praktis

- a. Bagi Psikolog, untuk mengembangkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat khususnya ibu yang memiliki Anak Berkebutuhan Khusus tentang bentuk-bentuk *Coping stres*.
- b. Bagi dunia kedokteran, untuk memberikan pemahaman yang baik pada pasien ibu yang memiliki Anak Berkebutuhan Khusus bahwa *Coping Stres* yang tepat akan memberi manfaat untuk meningkatkan kualitas hidup ibu dan ABK.
- c. Bagi Masyarakat, untuk senantiasa terlibat dalam proses penyembuhan ibu dengan cara memberikan motivasi, penghargaan dan kata-kata positif agar ibu senantiasa mempertahankan *Coping Stres* yang tepat.