

BAB II LANDASAN TEORI

A. *Mindful Parenting*

1. Pengertian *Mindful Parenting*

Mindfulness merupakan bentuk meditasi mental yang berfokus pada kemampuan individu untuk memahami keterkaitan antara pikiran, emosi, dan tindakan. Dengan kesadaran ini, seseorang dapat sepenuhnya memahami arti dan penyebab dari pengalaman serta perilaku yang dijalannya. Melalui sikap terbuka dan penerimaan, *Mindfulness* membantu seseorang melihat pikiran dan perasaannya dari sudut pandang yang lebih luas. Selain itu, *Mindfulness* juga dapat meningkatkan kesadaran terhadap pikiran negatif sebagai bagian dari proses mental yang muncul dalam aliran kesadaran, yang pada akhirnya dapat membantu menurunkan tingkat depresi.

Mindfulness juga terbukti memberikan dampak positif secara langsung terhadap pengembangan kemampuan kognitif dan peningkatan performa pada anak-anak dan remaja. Saat mereka belajar untuk lebih hadir dalam momen dan mengurangi rasa cemas, mereka cenderung menjadi lebih mampu dalam memusatkan perhatian dan meningkatkan hasil kerja mereka, baik di lingkungan kelas, dalam aktivitas olahraga, maupun dalam seni pertunjukan. Dengan latihan *Mindfulness*, mereka biasanya menjadi lebih fokus, mampu melihat situasi dari sudut pandang yang berbeda, memanfaatkan pengetahuan yang dimiliki secara lebih optimal, dan menunjukkan tingkat perhatian yang lebih tinggi¹.

Mindful parenting digambarkan sebagai kemampuan dasar yang penting dalam proses pengasuhan dan dapat didefinisikan sebagai pengasuhan dengan kesadaran yang muncul dengan sengaja melalui perhatian ibu pada anak dimasa sekarang, saat ini, dan perilaku menerima serta tidak menghakimi pengalaman yang dirasakan oleh anak.²

¹ Eem Munawaroh and Zakki Nurul Amin, *Parenting Berbasis Mindfulness*, 2024, 17.

² Kabat-Zinn, J. 2003. Mindfulness-Based Interventions in Context: Past, Present, and Future. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 10: 144-156.

Mindful parenting digambarkan dengan lingkaran dengan lima segmen diambil dari konsep dan praktik psikologi hidup berkesadaran (*mindfulness psychology*). Kabat-Zinn kemudian menyebutkan bahwa untuk dapat mencapai keterampilan *Mindful parenting* yang baik, maka kelima komponen *Mindful parenting* adalah dasar yang harus dimiliki oleh seorang ibu agar dapat mengasuh anaknya dengan baik.³

Pengasuhan pada dasarnya adalah bentuk kontrol orang tua (*parental control*), khususnya proses di mana orang tua mendelegasikan wewenang kepada anak-anak mereka sambil membantu mereka menyelesaikan tugas-tugas perkembangan yang mengarah ke kedewasaan. Pendekatan berkesadaran (*mindful*) dalam mengasuh anak (*parenting*) adalah salah satu metode yang disarankan untuk membangun hubungan yang aman/*secure* antara orang tua dan anak. Praktik hidup berkesadaran dapat kita terapkan dalam kehidupan sehari-hari melalui proses mengasuh anak. Bahkan menjadi salah satu cara yang cukup ideal sebagai latihan kita untuk sadar setiap saat dan setiap hari.⁴

Tugas orang tua bukan hanya untuk memenuhi kebutuhan fisik semata, namun juga harus memberi yang terbaik untuk kebutuhan materil anak, memenuhi kebutuhan psikologis anak hingga menyediakan kesempatan untuk menempuh pendidikan yang layak untuk perkembangannya. Pengasuhan mencakup semua perilaku orang tua yang diamati oleh anak-anak, baik yang berkaitan langsung dengan mereka maupun tidak. Kehidupan anak diharapkan dapat ditingkatkan dengan pola asuh dan perilaku yang baik, khususnya dalam bidang agama, diri, bangsa, dan negara. Ini juga dapat dilihat sebagai tugas untuk mendorong anak-anak mengembangkan kemandirian fisik dan psikologis mereka sebagai orang dewasa.

Mindful parenting sebagai bentuk kesadaran orang tua dalam merawat anak-anak Anda, memperhatikan dan melepaskan penilaian negatif tentang semua yang dilakukan anak-anak. Konsep *Mindful*

³ Kabat-Zinn, J. 2003. *Mindfulness-Based Interventions in Context: Past, Present, and Future*. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 10: 144-156.

⁴ Kiong, Melly. *Mindful Parenting*. (Jakarta: Kemendikbud, 2015), 2.

parenting adalah untuk mendorong transformasi pribadi antara orang tua dan anak-anaknya melalui pengalaman, kesadaran dan penerimaan. *Mindful parenting* mendorong orang tua untuk tetap sadar akan kebutuhan anaknya dan mengakomodirkan melalui *mindful practice* untuk membangun hubungan *parenting* yang memuaskan. Pelatihan *Mindful parenting* sangat diperlukan karena dapat membantu orang tua meningkatkan keterampilan *parenting* untuk membimbing dan mengasuh anak melalui perubahan perasaan, pikiran dan masa remaja. Orang tua yang menggunakan metode pola asuh sadar dapat menghadapi perilaku negatif anaknya dengan lebih tenang.⁵

Praktek pengasuhan yang penuh perhatian adalah kegiatan kreatif berkelanjutan yang dapat berkembang. Ketika orang tua menumbuhkan kesadaran diri dan pengetahuan tentang kesehatan fisik, emosional, dan mental anak-anak mereka, mereka mempraktikkan pengasuhan yang penuh perhatian. Salah satu teknik pengasuhan terbaik yang dianjurkan untuk menciptakan ikatan yang aman antara ibu dan anak adalah pengasuhan penuh perhatian, yang dicirikan seperti itu.

Jadi, berangkat dari pemahaman mengenai *mindfulness* sebagai kemampuan untuk hadir penuh, mengenali pikiran, emosi, serta tindakan secara sadar tanpa menghakimi, *mindful parenting* dapat disimpulkan sebagai pendekatan pengasuhan yang menekankan kehadiran orang tua dalam momen saat ini dengan sikap menerima, peka, dan responsif terhadap pengalaman anak. *Mindful parenting* bukan sekadar strategi mengasuh, tetapi sebuah keterampilan dasar yang menuntut orang tua untuk memahami kebutuhan fisik, emosional, dan perkembangan anak dengan kesadaran yang utuh.

2. Dimensi *Mindful Parenting*

Mindful parenting mencakup lima dimensi yang mencerminkan sikap *mindful Parenting*. Lima dimensi tersebut diantaranya:⁶

a. Mendengarkan penuh perhatian dan berbicara dengan simpati

Dimensi pertama ini menyangkut cara orang tua menggabungkan mendengarkan, perhatian penuh kepada anak-anak

⁵ Pathah Pajar Mubarak, Program Pengasuhan Positif untuk Meningkatkan Keterampilan *Mindful Parenting* Orangtua Remaja, *Jurnal Ilmiah Psikologi*, olume 3, Nomor 1, 2016: 35-50.

⁶ Kiong, Melly. *Mindful Parenting*. (Jakarta: Kemendikbud, 2015), 3.

mereka dan kehadiran nyata bagi mereka. Pada dimeinsi ini, orang tua tidak hanya mendengarkan apa yang dikatakan anaknya, tetapi juga memberikan perhatian penuh dan fokus agar anak benar-benar merasakan kehadiran orang tuanya. Ada beberapa cara yang dapat dilakukan orangtua dalam mempraktikkan dimensi pertama ini, yakni:

- 1) Ketika anak ingin mengatakan sesuatu, orang tua harus mendengarkan dan memperhatikan ekspresi wajah anak. Tujuannya agar orang tua mengetahui apa yang sebenarnya terjadi dengan anaknya.
- 2) Saling menatap mata saat berbicara. Tujuannya untuk menilai apakah yang dikatakan anak itu tulus atau tidak. Orang tua seringkali hanya mendengar apa yang dikatakan anaknya, tetapi matanya tertuju pada hal lain, sehingga orang tua tidak tahu apakah yang dikatakannya itu benar atau salah.
- 3) Dengarkan suara anak. Tujuannya agar orang tua mengetahui keadaan anak dalam keadaan terang atau emosional.
- 4) Mendengar sambil berbicara berarti menampilkan diri sepenuhnya kepada orang lain, orang tua dan anak. Orang tua perlu memastikan bahwa rasa empati menyertai proses mendengarkan.

Orang tua yang menggunakan metode ini lebih peka terhadap apa yang dikatakan anaknya. Perubahan nada suara, ekspresi wajah, dan bahasa tubuh memudahkan orang tua untuk memahami anak. Selain itu, orang tua dapat memperoleh makna dari bahasa tubuh yang tidak diucapkan oleh anak. Tuturan empatik dapat menciptakan moralitas dan etika dalam keluarga. Orang tua yang meingeimbangkan keibiasaan beirbicara empati deingan anaknya setiap hari memberikan kesan positif dan menjadi panutan bagi anaknya.

Selain itu, juga terdapat beberapa bentuk perhatian orang tua terhadap anaknya, seperti;⁷

⁷ Mustaqim, *Psikologi Pendidikan* (Yongyakarta: Puataka Belajar, 2008), 69

- 1) Hadiah dan hukuman. Salah satu faktor serta kondisi yang mendorong perbuatan belajar adalah efek penghargaan dan hukuman atas suatu tindakan anak.
 - 2) Mengarahkan dan Membimbing. Orang tua harus dapat memberikan pengarahan terhadap anak atas semua perilaku yang baik dan buruk serta dampak dari perbuatan tersebut. Melalui arahan dan bimbingan ini maka anak mengetahui sehingga meningkatkan daya pikirnya.
 - 3) Pengawasan. Pengawasan yaitu usaha mengawasi yang dilakukan terhadap lingkungan yang turut menentukan sejauh mana lingkungan yang baik, yakni lingkungan yang merangsang anak-anak untuk belajar, memberi rasa aman dan kepuasan serta mencapai tujuan yang diharapkan.
 - 4) Pemberian bimbingan dan nasehat. Nasihat merupakan suatu dorongan yang dapat mengubah tingkah laku anak kepada sebuah kebenaran dalam berperilaku. Nasihat yang diberikan orang tua terhadap anak hendaknya tidak bersifat memarahi atau menghukumnya, semisal mencaci, memukul, menempeleng dan lain sebagainya yang bersifat kekerasan. Hukuman yang dapat dijatuhkan bersifat mendidik tetapi tidak dengan kekerasan. Ketika orang tua melakukan ini, kemungkinan besar harapan mereka tidak akan terwujud.
- b. Pemahaman dan penerimaan untuk tidak menghakimi

Dimensi kedua adalah tidak menghakimi perilaku anak. Dalam dimensi ini, orang tua memasukkan semua evaluasi dan harapan yang dapat mempengaruhi persepsi interaksi anak. Anak seringkali menyelaraskan pikiran dan kemampuannya dengan pendapat orang tuanya. Kebanyakan orang tua selalu menekan anaknya dengan memberikan pesan verbal dan nonverbal tentang apa yang harus diterima dan diterima oleh anak. Implementasi dimensi ini bertujuan agar orang tua tidak menetapkan harapan dan pola perilaku yang dapat membebani anaknya.

Orang tua harus bisa menerima kenyataan bahwa anak-anak mereka memilikinya. Anak-anak sekarang berbeda dengan anak-anak ketika orang tuanya masih anak-anak karena perkembangan zaman. Anak-anak akan terpengaruh secara negatif oleh kebiasaan orang tua yang secara tidak sadar menghakimi mereka. Orang tua yang menerima anak-anak mereka tanpa menghakimi mengakui bahwa rintangan dan kesulitan hidup tidak dapat dihindari. Menerima perilaku anak yang tidak memenuhi standar orang tua tidak berarti menyetujuinya. Sangat penting untuk mengkomunikasikan standar dan harapan yang tepat kepada anak-anak untuk mencegah perilaku mereka menyimpang dari norma budaya.

Dalam dimensi ini, orang tua harus memahami bahwa anak bukanlah dirinya di masa lalu, melainkan memiliki kepribadiannya sendiri. Jika orang tua dapat melakukan hal tersebut, maka orang tua dapat menjadi pengasuh dan panutan bagi anaknya.

c. Pengaturan emosi atau kecerdasan emosional

Mindful parenting mengajarkan orang tua untuk tidak terjebak pada persepsi masa lalu yang membuat mereka emosi. Mewujudkan dimensi kehidupan ini membutuhkan kemampuan orang tua untuk mengelola emosi mereka sendiri dan anak-anak mereka.

Kemampuan mengelola emosi adalah dasar dari pola asuh yang sadar. Dalam hal ini diperlukan kecerdasan emosional orang tua. Penelitian menunjukkan bahwa kematangan emosi orang tua berpengaruh sangat kuat terhadap kematangan emosi anak.

d. Pola asuh bijaksana dan tidak berlebihan (pengendalian diri)

Dimensi keempat dari pengasuhan *Mindful parenting* adalah pengendalian diri. Dalam mengasuh anak secara *Mindful Parenting*, orang tua tidak menunjukkan sikap negatif, marah, kesal, marah atau kekerasan terhadap anaknya. Orang tua tahu bagaimana dan kapan harus bertindak. Tentu saja, ini membutuhkan peran dimensi keempat ini, yaitu kemampuan untuk mengendalikan diri.

Pengaturan diri pada dasarnya adalah proses dimana orang tua menghindari reaksi berlebihan terhadap perilaku anak-anak mereka. Kebanyakan orang tua terlalu tersanjung dan terlalu bangga dengan prestasi anaknya. Begitu pula orang tua dari anak penyandang disabilitas meremehkan, menyepelkan dan menilai berlebihan anaknya.

e. Welas asih

Welas asih didefinisikan sebagai perasaan atau keinginan untuk meringankan penderitaan orang lain. Kasih sayang yang bisa diberikan orang tua kepada anaknya adalah dengan berusaha memenuhi segala kebutuhan anak dan memberikan kenyamanan saat anak merasa kesulitan. Orang tua yang mengadopsi sikap welas asih dalam membesarkan anak lebih cenderung mengadopsi sikap yang lebih lembut dan lebih pemaaf. Menerapkan welas asih di rumah menciptakan anak-anak yang peduli terhadap lingkungan, sesama, hewan, dan segala sesuatu disekitar mereka.

3. Aspek *Mindful Parenting*

Ada tujuh aspek utama yang harus diperhatikan orang tua saat menerapkan *Mindful Parenting*, yaitu⁸ :

1) Disiplin dimulai dengan orang dewasa

Orang tua berinteraksi dengan anak, bereaksi dan memperhatikan mereka. Semua berawal dari diri sendiri karena anak akan selalu meniru apa yang dilakukan oleh orang yang lebih tua dalam hal ini orang tuanya. Orang tua selalu menjadi panutan bagi anak-anaknya.

2) Penggunaan metode hukuman penghargaan (*reward* dan *punishment*)

Mengasuh anak memang tidak mudah, orang tua harus bisa memfasilitasi dalam mengasuh anaknya tapi juga tidak merasa tertekan. Pengajaran tidak selalu harus dilakukan dengan paksaan, tetapi dapat dilakukan dengan metode hukuman-hadiah. Anak menerima hadiah ketika mereka melakukan sesuatu yang sesuai,

⁸ Zainul Arifin, Hubungan antara *Mindful Parenting* dan Bimbingan Orang Tua Terhadap Perilaku Moral Siswa Sekolah Dasar Selama Pembelajaran Daring, *Jurnal Ilmu Pendidikan Volume 4 Nomor 1 Tahun 2022*, 308 – 315

sehingga anak merasa memiliki insentif yang membuat mereka melakukan hal yang benar.

Reward adalah respon terhadap suatu tingkah laku yang dapat meningkatkan kemungkinan terulang kembalinya tingkah laku tersebut. Selain itu menurut Suharsimi Arikunto reward merupakan suatu yang disenangi dan digemari oleh anak-anak yang diberikan kepada siapa yang dapat memenuhi harapan yakni mencapai tujuan yang ditentukan atau bahkan melebihinya. *Reward* merupakan alat untuk mendidik anak-anak supaya anak dapat meirasa senang karena perbuatan atau pekerjaan-pekerjaan mendapat penghargaan. Sedangkan menurut Nugroho, reward adalah ganjaran, hadiah, penghargaan atau imbalan yang bertujuan agar seseorang menjadi lebih giat usahanya dalam memperbaiki atau meningkatkan kinerja yang dicapai.⁹

Sedangkan *punishment* diartikan sebagai hukuman sebagai salah satu alat pendidikan sekaligus sebagai bentuk atas konsekuensi tingkah laku yang sudah dilakukan. *punishment* dimunculkan untuk memotivasi seseorang agar tidak melakukan kesalahan dalam melakukan sesuatu. Kedua bentuk motivasi ini tidak bisa dikatakan mana yang benar dan mana yang salah. Tetapi lebih cocok jika dilihat dari baik dan buruknya, bukan benar atau salahnya.¹⁰

3) Perkataan orang tua itu penting

Bahasa, dan cara kita berkomunikasi dengan anak itu penting. Hal ini mempengaruhi harga diri anak karena pikiran anak masih berkembang. Itulah mengapa penting untuk memilih bahasa dan cara berkomunikasi yang tepat dengan anak, agar berdampak positif.

4) Anak membutuhkan kasih sayang

Anak-anak membutuhkan cinta dan kasih sayang orang tua mereka lebih dari yang diharapkan orang tua dari anak-anak mereka. Tidak ada yang dapat menghentikan anak-anak untuk menerima cinta dari orang tuanya, bahkan jika anak tersebut melakukan kesalahan.

⁹ Zaiful Rosyid, *Reward dan Punishment* (Malang: CV.Literasi Nusantara Abadi, 2018), 8

¹⁰ Halim Purnomo, *Model Reward dan Punishment* (Yogyakarta: CV. Budi Utama, 2012), 48

Dengan cinta kita bisa membesarkan anak- anak yang sehat dan bahagia.

5) Anak-anak belajar dari kesalahan

Bagaimana kita melihat kesalahan kita sendiri dan bagaimana anak belajar dari kesalahan yang mereka buat. Peran orang tua hanyalah memberi contoh kepada anak. Ketika anak melakukan kesalahan, kami mengajari mereka dan membimbing mereka agar mereka tidak mengulangi kesalahan yang sama.

6) Belajar dengan bermain

Bermain bukan berarti menghabiskan waktu untuk hal-hal yang tidak penting. Kita sebagai orang tua harus bisa memanfaatkan minat bermain anak untuk memasukkan konten pembelajaran yang penting. Bermain memungkinkan anak untuk mengembangkan imajinasi, keterampilan, keterampilan fisik, kognitif dan emosional.

7) Letakkan hubungan sebagai yang utama

Hari-hari ini tidak nyaman menjadi orang tua dan membesarkan anak karena semua orang tua menganggap anaknya sempurna. Orang tua memiliki harapan dan tuntutan kesempurnaan yang mempengaruhi kehidupan anak- anaknya. Orang tua harus fokus memberi kasih sayang dan tidak menghakimi anak-anak mereka. Anak-anak juga memiliki hak untuk membela diri seimeintara orang tua membuat penilaian pada saat yang sama.

B. Down Syndrome

1. Pengertian Down Syndrome

Down Syndrome adalah kelainan yang menyerang bayi yang disebabkan oleh jumlah kromosom yang berlebihan di dalam tubuh. Manusia normal umumnya memiliki 46 kromosom, tetapi orang dengan *Down Syndrome* memiliki 47 kromosom. Banyak hal yang dapat menyebabkan kelebihan jumlah kromosom ini, antara lain kegagalan dua kromosom ke-21 pada sel induk, penyebab lainnya adalah kelainan kromosom yang terjadi baik pada ibu maupun ayah atau yang sering

disebut dengan translokasi. Risiko kelainan kromosom pada bayi baru lahir akan lebih tinggi jika ibu hamil berusia di atas 40 tahun.¹¹

Kelainan genetik *Down Syndrome* dinamai berdasarkan nama keluarga seorang dokter Inggris Langdon *down*, yang menggambarkan sindrom ini pada tahun 1866. Ia juga menemukan bahwa ada kesamaan yang jelas antara mereka yang menderita gangguan mental jenis ini. Anak-anak ini, misalnya, memiliki ciri fisik yang sama dan penampilan wajah yang mirip satu sama lain. Wajah mereka lebih datar dari anak-anak normal dan mata mereka sipit seperti anak Mongolia. Makanya itu sebabnya muncul istilah anak Mongolia disebut dengan *Down Syndrome*.¹²

Dari penjelasan para ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa *Down Syndrome* merupakan kelainan pada anak yang mengalami keterbelakangan mental yang disebabkan oleh kegagalan kromosom 21 pada sel orang tua. *Down Syndrome* juga memiliki wajah yang hampir sama dengan wajah yang dimiliki oleh gangguan *Down Syndrome* lainnya, seperti wajah mereka yang lebih rata dan mata anak *Down Syndrome* yang sipit.

Down Syndrome tidak hanya memengaruhi aspek fisik, tetapi juga perkembangan kognitif, emosional, dan sosial anak. Anak dengan *Down Syndrome* sering kali menghadapi kesulitan dalam memahami konsep abstrak, berkomunikasi secara efektif, dan berinteraksi dengan lingkungan sosialnya.¹³ Selain itu, kondisi kesehatan seperti gangguan jantung bawaan, gangguan pendengaran, dan masalah pencernaan sering menyertai anak dengan *Down Syndrome*.¹⁴ Oleh karena itu, mereka memerlukan perawatan kesehatan yang intensif dan dukungan terapi yang berkelanjutan.

Menurut data dari *World Health Organization* (WHO), prevalensi *Down Syndrome* secara global adalah 1 dari 1.000 kelahiran hidup. Di

¹¹ Idris Handriana, "Keperawatan anak," (Cirebon: LovRinz Publishing, Agustus 2006), 192-193

¹² Frieda Mangunsong, "Psikologi dan Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus Jilid 1," (Depok: LPSP3 UI, Januari 2014), 145

¹³ Selikowitz, M. (2008). *Down Syndrome: The Facts*.

¹⁴ Kliegman, R. M., Stanton, B. F., St Geme, J. W., et al. (2020). *Nelson Textbook of Pediatrics*.

Indonesia, diperkirakan terdapat sekitar 8.000 hingga 9.000 bayi dengan *Down Syndrome* yang lahir setiap tahunnya.¹⁵ Di Kota Kediri, data dari Dinas Kesehatan setempat menunjukkan adanya peningkatan kasus *Down Syndrome* dalam beberapa tahun terakhir. Hal ini menjadi tantangan bagi pemerintah dan masyarakat untuk menyediakan layanan kesehatan, pendidikan, dan dukungan sosial yang memadai.

2. Penyebab Terjadinya *Down Syndrome*

Berdasarkan Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2019. Penyebab terjadinya anak *Down Syndrome* ada 5 faktor yaitu:¹⁶

a. Usia Ibu saat hamil.

Dilansir dari NDSS (*National Down Syndrome Society*) dalam kutipan Pusat Data dan Informasi Kemenkes RI mengungkapkan bahwa bertambah usia ibu pada saat kehamilan semakin tinggi probabilitas mempunyai anak *down syndrome*. Ibu usia 60 tahun ketas sangat rawan melahirkan *Down Syndrome*.

b. Genetika yang diwarisi dari orang tua.

Sekitar 4% kasus *down syndrome* adalah hasil dari pewarisan genetik dari orang tua. Baik pria maupun wanita dapat membawa *Down Syndrome* dalam gen mereka. Pembawa genetik dikenal sebagai carrier. Seorang pembawa carrier mungkin tidak memiliki tandatanda atau gejala *down syndrome*, tetapi dapat menularkan gangguan *Down Syndrome* ke janin, yang menghasilkan kromosom 21. Jika ayah adalah pembawa carrier, risiko *Down Syndrome* adalah 3% dan jika ibu adalah pembawa (carrier), risiko *Down Syndrome* berkisar 10-15%.

c. Pernah melahirkan anak *Down Syndrome* sebelumnya.

Wanita yang memiliki janin dengan kelainan *Down Syndrome* memiliki risiko 1:100 untuk memiliki bayi lagi dengan *Down Syndrome*.

¹⁵ WHO. (2021). *Global Health Estimates*.

¹⁶ Antara Fakta dan Harapan Sindrome Down, Jakarta Selatan: Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI, (2019).

d. Kekurangan asam folat.

Down Syndrome bisa dipicu oleh metabolisme tubuh yang tidak bisa kerja secara optimal untuk memecah asam folat. Penurunan metabolisme asam folat dapat mempengaruhi regulasi epigenetik untuk membentuk kromosom. Oleh karena itu, untuk mencegahnya, setiap wanita yang berencana hamil harus memiliki asam folat yang cukup sebelum hamil. Padahal, asupan asam folat harus dipatuhi sejak dini atau remaja, bukan hanya saat hamil.

e. Faktor lingkungan.

Faktor resiko paling umum yang sering menyebabkan bayi lahir dengan *Down Syndrome* adalah paparan bahan kimia dan zat asing yang diterima ibu dari lingkungan sehari-hari selama kehamilan.

3. Karakteristik Anak *Down Syndrome*

Kadang-kadang memang sukar untuk diketahui apakah bayi yang baru lahir memiliki kelainan *Down Syndrome* atau tidak. Maka dari itu ada beberapa ciri-ciri yang bisa diamati untuk mengetahui bahwa bayi memiliki kelainan *Down Syndrome*, ciri-ciri tersebut antara lain:¹⁷

- a. Pada anak normal terdapat dua garis lengkung horizontal, sedangkan pada anak *Down Syndrome* hanya ada satu.
- b. Ada kerutan atau lipatan pada mata dan wajah rata.
- c. Telinganya kecil, mata sipit karena bagian luar mata sedikit tertarik ke atas dibandingkan mata bagian dalam.
- d. Tengkorak pendek dan kepala bagian belakang rata.
- e. Leher pendek dengan banyak lipatan.
- f. Bentuk tubuh pendek dan lidah kuat.
- g. Pada garis tangan yang berbeda pada anak normal, jari kelingking terlihat lebih pendek dan melengkung.
- h. Celah antara jempol kaki dan jari kedua lebih dalam.

4. Jenis-Jenis *Down Syndrome*

Berbagai jenis *Down Syndrome* dapat dilihat pada pembahasan di bawah ini:

¹⁷ Frieda Mangunsong., Op.cit, 147

a. *Down Syndrome Trisomi 21.*

Ini adalah jenis *Down Syndrome* paling umum yang terjadi ketika ada tiga kromosom ke-21 yang ada di setiap sel dalam tubuh. Alih-alih 46 kromosom biasa, seseorang dengan *Down Syndrome* memiliki 47. Ini adalah materi genetik tambahan yang mengubah arah perkembangan dan menyebabkan ciri-ciri yang terkait dengan *Down Syndrome*. Jenis *Down Syndrome* ini adalah yang paling umum dengan persentase kasus yang mencapai 95%.¹⁸

b. *Down Syndrome Mosaik.*

Pada sekitar 1% anak-anak dengan *Down Syndrome* terdapat kelebihan 1 kromosom 21 utuh hanya pada sebagian dari sel-sel tubuh, sedangkan sel-sel lainnya normal. Pada kasus ini disebut dengan *Down Syndrome* mosaik, atau mosaik campuran. Karena sel-sel tubuh mereka seperti sebuah mosaik yang tersusun dari potongan-potongan yang berbeda, sebagian normal dan sebagian dengan kromosom tambahan. *Down Syndrome* mosaik biasanya menunjukkan gambaran klinis lebih ringan karena terdapat efek netralisasi dari sel-sel normal. Individu-individu dengan mosaik seringkali memiliki ciri-ciri fisik yang kurang menonjol, dan berkembang serta berfungsi mendekati orang normal. Meskipun sangat jarang, *down syndrome* mosaik mungkin mempunyai intelektual yang normal.¹⁹

c. *Down Syndrome Translokasi.*

Down Syndrome di mana jumlah total kromosom dalam sel masih 46, tetapi salinan tambahan penuh atau sebagian dari kromosom 21 melekat pada kromosom lain. Jenis *Down Syndrome* ini menyumbang 4% dari kasus *Down Syndrome* yang ada. Ini memiliki lebih banyak karakteristik *Down Syndrome*. Kromosom *akrosentrik* (lengan pendek hanya berbentuk antena) biasanya adalah kromosom 13, 14, 15, 22, atau kromosom ke-21 lainnya (14 yang paling umum). Semua kromosom ini memiliki ujung kecil (seperti antena) yang

¹⁸ Lailatul Badriyah., dkk. Op.cit,133

¹⁹ Sultana MH Faradz.,Op.cit,hlm.35

secara genetik tidak aktif, dapat putus tanpa menimbulkan efek buruk.²⁰

C.Orang Tua

1. Pengertian Orang Tua

Menurut Miami dikemukakan bahwa "orang tua adalah pria dan wanita yang terikat dalam perkawinan dan siap sedia untuk memikul tanggung jawab sebagai ayah dan ibu dari anak-anak yang dilahirkannya".²¹ Singgih D. Gunarsa mengatakan bahwa: "orang tua adalah dua individu yang berbeda memasuki hidup bersama dengan membawa pandangan, pendapat dan kebiasaan sehari-hari".²² Orang tua didalam kehidupan keluarga mempunyai posisi sebagai kepala keluarga atau pemimpin rumah tangga orang tua sebagai pembentuk pribadi pertama dalam kehidupan anak, kepribadian orang tua, sikap dan cara hidup mereka merupakan unsur-unsur pendidikan yang tidak langung, yang dengan sendirinya akan masuk ke dalam pribadi anak yang sedang tumbuh. Salah satu tujuan dari pernikahan adalah untuk mendapat anak yang akan menjadi generasi penerus.

Untuk mewujudkan keinginan dan cita-citanya di dalam mengembangkan dan bimbingan generasi penerus yang baik, sehat jasmani dan rohani maka perlu pola pemikiran yang terpadu antara suami istri atau orang tua yang berasal dari dua kutub yang berbeda, mereka harus saling mempunyai toleransi dan penyesuaian diri yang baik, sehingga kedua belah pihak saling melengkapi, bila masing-masing dapat menahan diri untuk tidak mementingkan diri sendiri, maka akan dapat tercipta suatu keluarga harmonis dan bahagia. Orang tua adalah figur dalam proses pembentukan kepribadian anak, sehingga diharapkan akan memberi arah, memantau, mengawasi dan membimbing perkembangan anaknya ke arah yang lebih baik.²³

²⁰ Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI. Antara Fakta dan Harapan Sindrome.

²¹ Kartini Kartono, Peranan Keluarga Memandu Anak, Sari Psikologi Terapan (Jakarta :Rajawali Press, 1 982), h. 48

²² Singgih D. Gunarsa, Psikologi untuk Keluarga (Jakarta: Gunung Mulia, 1976), h. 27

²³ Ibid

Berdasarkan hal-hal yang diutarakan di atas dapat diperoleh pengertian bahwa orang tua tidak hanya cukup memberi makan, minum dan pakaian saja kepada anak-anaknya tetapi harus berusaha agar anaknya menjadi baik, pandai, bahagia dan berguna bagi hidupnya dan masyarakat. Orang tua dituntut harus dapat mengembangkan semua potensi yang dimiliki anaknya agar secara jasmani dan rohani dapat berkembang secara optimal dan seimbang.

2. Tugas dan Peran Orang Tua

Tugas dan peranan orang tua terhadap anaknya dapat dikemukakan sebagai berikut: mengasuh, membesarkan dan mengarahkan menuju kepada kedewasaan serta menanamkan norma agama, nilai moral dan sosial yang berlaku di masyarakat.

Di samping itu orang tua mengembangkan potensi anak, memberi teladan dan mampu mengembangkan pertumbuhan kepribadian dengan penuh tanggung jawab dan penuh kasih sayang. Secara sadar orang tua mengemban kewajiban untuk memelihara dan membina anaknya sampai ia mampu berdiri sendiri (dewasa), baik secara fisik, sosial, ekonomi, maupun moral serta keagamaannya.

Dasar-dasar tanggung jawab orang tua terhadap pendidikan anaknya meliputi :

- a. Dorongan/motivasi cinta kasih yang menjiwai hubungan orang tua dengan anak. Cinta kasih ini mendorong sikap dan tindakan rela menerima tanggung jawab, dan mengabdikan hidupnya untuk sang anak.
- b. Dorongan/motivasi kewajiban moral, sebagai konsekwensi kedudukan orang tua terhadap keturunannya.
- c. Tanggung jawab social sebagai bagian dari keluarga, yang pada gilirannya juga menjadi bagian dari masyarakat, bangsa dan negaranya.²⁴

Penelitian yang dikemukakan oleh Singgih D. Gunarsa dalam majalah rumah tangga dan kesehatan bahwa :

²⁴ Tim Dosen FIP ,IKIP Malang,Pengntar Dasar-Dasar Kependidikan (Surabaya:Usaha Nasional, 1978), h.17

Orang tua berperan menentukan hari depan anaknya. Secara fisik supaya anak-anaknya bertumbuh sehat dengan postur tubuh yang lebih baik, maka anak-anak harus diberi makanan yang bergizi dan seimbang. Secara mental supaya anak-anak tumbuh cerdas dan cemerlang, maka selain kelengkapan gizi perlu juga diberi motivasi belajar disertai sarana dan prasarana belajar yang memadai. Sedangkan secara sosial supaya anak-anak dapat mengembangkan jiwa sosial dan budi pekerti yang baik mereka harus diberi peluang untuk bergaul mengaktualisasi diri, memupuk kepercayaan diri seluas-luasnya. Bila belum juga terpenuhi biasanya karena soal teknik seperti hambatan ekonomi atau kondisi sosial orang tua.

Selanjutnya dikemukakan bahwa :

Perkembangan jiwa dan sosial anak yang terkandung berlangsung kurang mantap akibat orang tua tidak berperan dengan selayaknya. Naluri kasih sayang orang tua terhadap anaknya tidak hanya di manifestasikan dengan menyediakan sandang, pangan dan papan yang secukupnya. Anak-anak memerlukan perhatian supaya tumbuh menjadi anak matang dan dewasa²⁵

Berdasarkan berbagai penelitian para ahli psikologi dapat dikemukakan beberapa hal yang perlu diberikan orang tua terhadap anaknya. Sebagaimana diungkapkan sebagai berikut:

- a. Jadikan rumah tangga nyaman dan menarik;
- b. Hargai kemandiriannya;
- c. Diskusikan tentang berbagai masalah;
- d. Berikan rasa aman, kasih sayang dan perhatian;
- e. Beri contoh perkawinan yang berbahagia.

Orang tua adalah bagian dari keluarga, yang merupakan tempat pendidikan dasar untuk anak. Mereka juga merupakan tempat anak didik pertama kali menerima pendidikan dan bimbingan dari orang tua atau anggota keluarga lainnya. Di dalam keluarga inilah tempat meletakkan

²⁵ Majalah Rumah Tangga dan Kesehatan (Bandung: Publising Hous, 1993), h.2

dasar-dasar kepribadian anak didik pada usia yang masih muda, karena pada usia ini anak lebih peka terhadap pengaruh dari pendidikannya.

Maka orang tua mempunyai peran yang sangat besar dalam pembentukan kejiwaan anak serta mempengaruhi kehidupan sang anak. Kelahiran dan kehadiran seorang anak dalam keluarga secara alamiah memberikan adanya tanggung jawab dari pihak orang tua. Tanggung jawab ini didasarkan atas motivasi cinta kasih, yang pada hakikatnya juga dijiwai ini oleh tanggung jawab moral.

Jalali dalam bukunya Psikologi Anak, sebagaimana yang dikutip oleh Yedi Kurniawan dan bukunya Pendidikan Anak Sejak Dini Hingga Masa Depan mengatakan "Para individu yang telah mendapatkan pendidikan yang baik selama masa kanak-kanaknya, maka mereka dapat mendidik anak-anak dengan baik pula".

Sementara itu Conny Semiawan dan kawan-kawan menyatakan bahwa :

Orang tua perlu membina anak agar mau berprestasi secara optimal, karena kalau tidak berarti suatu penyianyan terhadap bakatnya. Pembinaan dilakukan dengan mendorong anak untuk mencapai prestasi yang sesuai dengan kemampuannya. Adapun orang tua karena tingkat pendidikan mereka sendiri terbatas, karena acuh tak acuh atau karena kurang memperdulikan anak, pendidikan anak, tak peka dalam pengamatan ciri-ciri kemampuan anaknya.²⁶

Keberhasilan pendidikan seorang anak terutama yang menyangkut pencapaian prestasi belajar yang baik dipengaruhi oleh beberapa faktor yang salah satunya adalah bagaimana cara orang tua mengarahkan cara belajar anaknya.

Jadi tingkat pendidikan seseorang akan berpengaruh dengan perkembangan potensi yang dimilikinya termasuk potensi emosional, pengetahuan, sikap dan keterampilan. Dengan kematangan emosional,

²⁶ Yedi Kurniawan, Pendidikan Anak Sejak Dini Hingga Masa Depan (Jakarta : Firdaus, 1993), h. 28

pengetahuan, sikap yang dimiliki oleh orang tua sedikit banyaknya akan memberikan kontribusi bagi anak-anaknya.

