

BAB I

PENDAHULUAN

A. Konteks Penelitian

Setiap orang tua mengharapkan anaknya terlahir dengan sempurna, tidak kekurangan satu hal apapun. Orang tua mendambakan memiliki anak yang sehat, baik secara jasmani dan rohani. Akan tetapi, para orang tua juga lupa bahwa tidak semua anak terlahir serta tumbuh dalam keadaan normal. Ada beberapa anak yang memang ditakdirkan sejak lahir ataupun ketika di masa perkembangan ia telah mengalami keterbatasan, baik secara fisik maupun psikis. Anak-anak ini kita kenal sebagai anak berkebutuhan khusus. Pengertian anak berkebutuhan khusus sendiri menurut Dinie Ratri Desiningrum ialah anak yang memerlukan penanganan secara khusus karena adanya gangguan perkembangan dan kelainan yang dialami anak.¹

Penelitian terdahulu dari Adinda Fitri Ramadita dan Endang Pudjiastuti yang berjudul “Studi Deskriptif *Self Compassion* Ibu Caregiver yang Memiliki Anak Retardasi Mental Sedang–Berat di SLBN 2 PK/PKL Cimahi” pada tahun 2018 menyatakan bahwa pada awalnya ketika ibu dihadapkan dengan kondisi anak yang tidak normal atau memiliki mental yang kurang tentunya akan merasa sedih dan tidak jarang para ibu cenderung tidak siap menerima kondisi tersebut. Bentuk dari ketidaksiapan akan kondisi dari anak salah satunya mereka tunjukkan dengan mengucilkan diri dari lingkungan sekitar, bahkan ada yang melarang anak

¹ Dinie Ratri Desiningrum, *Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus*, (Yogyakarta: Psikosain, 2016), 1.

mereka untuk bermain hingga keluar rumah, atau tidak jarang juga para orang tua melalaikan pendidikan dari sang anak. Namun, ada juga beberapa dari orang tua yang seolah-olah tidak peduli dengan kenyataan itu dan akhirnya membiarkan anaknya untuk bersekolah di sekolah umum, sehingga diperlukan penyesuaian emosional yang cukup besar bagi ibu tersebut.²

Berdasarkan hasil wawancara awal pada tanggal 29 September dan 3 Oktober 2020 di SLB Al-Khariq kepada guru dan salah satu orang tua yang berada di SLB tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa kebanyakan murid di SLB tersebut ialah murid pindahan dari sekolah biasa/umum. Orang tuanya memindahkan putra-putrinya di SLB tersebut. Hal tersebut mengindikasikan bahwa ibu tersebut menyadari kondisi sang anak. Berikut ini adalah cerita dari salah satu guru di SLB tersebut:

*“Semisal temen-temennya sudah bisa ini dan itu tapi si anak itu malah di kelas tidur saja, bahkan sampai ngiler. Dan dalam pelajaran juga mereka nggak ngerti. Hingga pada akhirnya oleh pihak sekolahnya disuruh untuk pindah. Awalnya si orang tua itu menolak tetep pengen sekolah di SD biasa, tapi dengan seiringnya waktu mungkin si orang tua menyadari juga dan akhirnya pindah ke sini”.*³

Sementara itu hasil observasi pada tanggal yang sama juga didapat bahwa keseluruhan siswa di SLB tersebut berjumlah 27 siswa, dan diantara jumlah murid tersebut yang sering diantar jemput oleh para orang tua berjumlah 15 siswa. Sisa dari jumlah tersebut seringkali tidak masuk sekolah dikarenakan tidak ada yang mengantar ke sekolah. Dan benar saja ketika dijumpai di lapangan hanya ada sekitar 15 ibu wali murid yang menjemput putra-putrinya di SLB.

² Adinda Fitri Ramadita dan Endang Pudjiastuti, “Studi Deskriptif *Self Compassion* Ibu Caregiver yang Memiliki Anak Retardasi Mental Sedang-Berat di SLBN 2 PK / PKL Cimahi”, *Prosiding Psikologi*, Vol.4 No.1, (2018), 234.

³ F, Guru, SLB Al-Khariq Ngronggot, 29 September 2020, Pukul 10.00 – Selesai.

Selain cerita guru, dari salah satu ibu dari anak *down syndrome* juga diperoleh data bahwa:

“Pada akhirnya ini merupakan takdir dari Allah Bu. Apalagi anak adalah titipan dari Allah yang harus dijaga. Walaupun memang pada awalnya ini terasa cukup sulit belum lagi ada anggapan miring dari tetangga”.⁴

Dari cerita tersebut dapat kita lihat bahwa dari orang tua telah menyadari bahwa kondisi yang mereka alami saat ini merupakan sudah ketentuan dari Allah SWT. Sementara itu, hasil observasi juga didapat bahwa ibu A ini senantiasa menunggui putrinya ketika bersekolah, cenderung ikut masuk ke dalam kelas hingga pelajaran usai, bahkan hingga jam pulang sekolah.

Hasil penelitian pra-lapangan ini menunjukkan adanya sikap dukungan dari orang tua. Hal ini menandakan adanya konsep dari *self compassion* itu sendiri. Namun, masing–masing orang tentulah memiliki gambaran *self compassion* yang berbeda–beda. Oleh sebab itu, peneliti di sini ingin mengetahui gambaran *self compassion* dari masing–masing subjek.

Self compassion sendiri diartikan sebagai sikap “welas asih”. Pengertian ini sesuai dengan definisi dari Kristin Neff yang mengatakan bahwa *self compassion* ialah bagaimana individu dapat memberikan perlakuan yang baik pada dirinya sendiri serta mengakui atas kekurangan yang ia miliki sebagai sesuatu yang wajar karena semua manusia pasti memiliki kekurangan.⁵ Lebih lanjut lagi, Budiman dalam jurnal Dwi Hardani Oktawirawan dan Taufik Akbar Rizqi Yunanto yang berjudul “Welas Asih: Konsep Compassion dalam Kehidupan Masyarakat Jawa” menjelaskan bahwa konsep welas asih ini menggambarkan

⁴ SS, Ortu / Wali murid, SLB Al–Khariq Ngronggot, 3 Oktober 2020, Pukul 10.00 – Selesai.

⁵ Kristin Neff, *Self Compassion: The Proven Power Being of Kind to Your Self*, (Australia: HarperCollins Publishers, 2011), 6.

kepada perjuangan hidup seseorang.⁶ Sementara itu, pengertian *self compassion* menurut Diana Savitri Hidayati merupakan salah satu bahasan yang bisa menjelaskan bagaimana individu mampu bertahan, memahami, dan menyadari makna dari sebuah kesulitan sebagai hal yang positif.⁷ Sementara itu, komponen dalam *self compassion* yaitu ada *self kindness*, *mindfulness*, serta *common humanity*. Faktor–faktor yang mempengaruhi dari *self compassion* adalah gender, usia, budaya, peran orang tua, serta kepribadian.⁸

Self compassion ini merupakan bahasa yang digunakan dunia psikologi atau sains. Sementara dalam Islam, *self compassion* ini jika ditelisik lebih jauh lagi memiliki pengertian yang sama dengan tawakal. Hal ini karena dalam Islam tawakal dapat diartikan sebagai upaya atau usaha manusia mengenai ketetapan dari Sang Maha Pencipta sehingga apabila manusia mendapatkan suatu musibah atau ujian dalam hidup maka ia tidak berdiam diri dan meratapi begitu saja. Akan tetapi, ada upaya atau usaha dari manusia untuk mencari solusi atau jalan keluar dari permasalahan itu dan setelahnya manusia diminta untuk berdoa untuk mendapat hasil akhirnya.⁹

Dalam firman Allah SWT sendiri telah beberapa kali disebutkan terkait pentingnya tawakal ini. Salah satunya terdapat dalam al-Qur’an Surat at-Talaq ayat 3 yang berbunyi:¹⁰

⁶ Dwi Hardani Oktawirawan dan Taufik Akbar Rizqi Yunanto, “Welas Asih: Konsep Compassion dalam Kehidupan Masyarakat Jawa”, *Anthropos: Jurnal Antropologi Sosial dan Budaya*, Vol. 6, No. 2 (2021), 147.

⁷ Diana Savitri Hidayati, “Self Compassion dan Loneliness”, *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, Vol.3 No.1, (Januari, 2015), 157.

⁸ Kristin Neff, *Self Compassion...*, 7.

⁹ Muh. Mu’inudinillah Basri, *Indahnya Tawakal*, (Surakarta: Indiva Pustaka, 2008), 15.

¹⁰ QS. At-Talaq (65): 3.

وَيَرْزُقُهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ ۗ وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ ۗ إِنَّ اللَّهَ بَالِغُ أَمْرِهِ ۗ قَدْ جَعَلَ اللَّهُ لِكُلِّ شَيْءٍ قَدْرًا

"dan Dia memberinya rezeki dari arah yang tidak disangka-sangkanya. Dan barang siapa bertawakal kepada Allah, niscaya Allah akan mencukupkan (keperluan)nya. Sesungguhnya Allah melaksanakan urusan-Nya. Sungguh, Allah telah mengadakan ketentuan bagi setiap sesuatu".

Pada konsep tawakal ini, ketika seseorang telah melakukan upaya dan usaha atas permasalahan yang sedang dialami maka jalan yang kedua ialah berdo'a. Berdo'a dalam hal ini mengartikan bahwa usaha telah dilakukan maka berdo'a kepada Sang Maha Pemilik Segala langkah selanjutnya karena apapun bentuk usaha atau ikhtiar manusia jika tidak diikuti berdo'a kepada Allah maka itu akan percuma karena apa yang diusahakan manusia agar tercipta merupakan atas kuasa-Nya. Jika Allah menghendaki maka akan terjadi dan jika Allah tidak menghendaki maka tidak akan terjadi. Oleh sebab itu, sudah seharusnya apabila manusia telah bertawakal maka apapun hasil yang akan didapat itu sudah merupakan ketetapan dari-Nya, tidak perlu kecewa jika tidak sesuai karena dalam konsep tawakal seharusnya manusia ridha atas ketetapan-Nya.¹¹

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, ridha sendiri diartikan dengan rela, suka, senang hati, perkenan, dan rahmat,¹² sehingga dapat dikatakan bahwa seseorang yang ridha ialah seseorang yang dapat menerima. Ridha di sini diartikan sebagai seseorang yang telah bertawakal maka seharusnya memiliki sikap ridha atas ketentuan-Nya, baik apakah ikhtiarnya akan dikabulkan atau

¹¹ Hamzah S. Fathani, "Ridha dalam Konteks Pedagogik (Relevansi antara Nilai dengan Implementasi Pembelajaran)", *Jurnal Shaut al-'Arabiyah*, Vol. 6, No. 1 (2018), 27.

¹² Kamus Besar Bahasa Indonesia, "Ridha", Diakses melalui <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/rida>, pada tanggal 22 Maret 2021.

tidak. Sikap ridha ini tercermin dengan kebersyukuran atas ketetapan dari Allah. Bersyukur di sini diartikan sebagai qana'ah.

Berdasarkan konteks di atas, peneliti sangat tertarik dan ingin mengetahui gambaran *self compassion* yang dimiliki para ibu anak berkebutuhan khusus. Pemilihan subjek ibu dikarenakan dalam faktor-faktor yang mempengaruhi *self compassion* dijelaskan bahwa *self compassion* laki-laki lebih tinggi dibanding perempuan. Oleh sebab itu, menarik bagi peneliti untuk mengetahui bagaimana gambaran *self compassion* pada sang ibu dari anak berkebutuhan khusus. Terlebih lagi setelah ditinjau oleh peneliti bahwa belum ada penelitian sebelumnya yang meneliti mengenai *self compassion* ibu ABK. *Self compassion* menjadi menarik untuk diteliti karena ia merupakan penerimaan diri secara utuh dan keseluruhan bahwa manusia wajar apabila memiliki sebuah kesulitan ataupun takdir yang kurang baik sehingga sebagai manusia tidak perlu menyesali ataupun bersedih secara berlebihan.

Demikian pula, kadangkala orang yang telah menerima belum tentu mampu menyayangi dirinya secara utuh, lantas masih saja merasa menyalahkan dirinya sendiri ataupun menjadi orang yang tidak mudah bersosialisasi dengan lingkungan sekitar. Oleh sebab itu, *self compassion* ini tidak sekedar menerima tetapi lebih kepada konsep welas asih, yakni perjuangan hidup seorang ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian konteks penelitian di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan rumusan masalah penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran *self compassion* pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus?
2. Apa saja faktor–faktor yang mempengaruhi *self compassion* pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian mengungkapkan sasaran yang ingin dicapai dalam penelitian. Dengan melihat konteks dan rumusan masalah di atas, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah:

1. Mengetahui gambaran *compassion* pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus.
2. Mengetahui faktor–faktor yang mempengaruhi *self compassion* pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus.

D. Kegunaan Penelitian

Pada dasarnya, setiap penelitian memiliki manfaat atau kegunaan bagi peneliti dan bagi pembaca. Adapun manfaat atau kegunaan dari penelitian ini adalah:

1. Kegunaan Teoritis

- a. Penelitian ini dimaksudkan untuk memberikan kontribusi dalam kajian keilmuan psikologi, baik psikologi pendidikan, perkembangan, maupun kepribadian, terutama yang berkaitan dengan anak berkebutuhan khusus dan penerimaan diri orang tua.
- b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan wacana ilmiah untuk memperkaya khasanah kepustakaan psikologi.

2. Kegunaan Praktis

- a. Bagi peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai stimulus untuk melakukan penelitian selanjutnya dengan tujuan untuk mengembangkan penelitian ini.
- b. Bagi para ibu ataupun orang tua, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan dalam memberikan pola asuh yang terbaik bagi anak-anak mereka yang memiliki kondisi berkebutuhan khusus.
- c. Bagi pihak sekolah, hasil penelitian ini diharapkan mampu mendorong peningkatan kualitas dan kuantitas pelayanan di SLB sehingga mampu menarik orang tua untuk menyekolahkan putra-putrinya di SLB Al-Khariq.
- d. Bagi masyarakat umum, penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai proses pembelajaran atau evaluasi diri bahwa setiap kejadian yang dialami merupakan takdir dari Allah dan menjadikannya sebagai sesuatu hal yang positif.

E. Telaah Pustaka

Telaah pustaka menjelaskan judul dan isi singkat kajian–kajian yang pernah dilakukan, buku–buku, atau tulisan–tulisan yang terkait dengan topik atau masalah yang akan diteliti. Fungsi dari telaah pustaka adalah sebagai acuan dalam melakukan penelitian agar dapat mengarahkan pada penelitian lain yang akan mengembangkan khasanah dalam ilmu pengetahuan.

1. Penelitian dengan Judul “Hubungan Antara *Self Compassion* Dengan *Parenting Stress* Pada Ibu Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus” yang dilakukan oleh India Barokah dari Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang Tahun 2019.¹³

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *self compassion* dengan *parenting stress* pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara *self compassion* dengan *parenting stress* pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Ada peran *self compassion* dalam *parenting stress* yang dialami ibu. Semakin tinggi *self compassion* pada ibu maka tingkat *parenting stress* yang dialami ibu semakin menurun.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian dari peneliti terletak pada fokus penelitian. Penelitian ini berfokus pada hubungan *self compassion* dengan *parenting stress* pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Penelitian yang akan diajukan oleh peneliti ini berfokus bagaimana para orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus ini memaknai *self*

¹³ India Barokah, “Hubungan Antara *Self Compassion* Dengan *Parenting Stress* Pada Ibu Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus”, (Skripsi: Jurusan Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang, April, 2019), 101.

compassion dan faktor–faktor apa saja yang mempengaruhi *self compassion* orang tua ABK. Metode yang digunakan dalam penelitian yang akan diajukan ini yaitu menggunakan metode penelitian kualitatif, sementara penelitian sebelumnya menggunakan metode penelitian kuantitatif.

2. Penelitian dengan judul “Hubungan Keterlibatan Ibu dan *Self Compassion* Pada Orang Tua Anak Berkebutuhan Khusus” yang dilakukan oleh Savira Prameswari dari Universitas Negeri Jakarta.¹⁴

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana hubungan antara keterlibatan ibu dan *self compassion* pada orang tua anak berkebutuhan khusus. Hasil data penelitian ini menemukan bahwa responden yang mengikuti penelitian ini memiliki *self compassion* yang tinggi sebesar 88,5%. Dengan begitu, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan antara *self compassion* dengan keterlibatan ibu afektif dan keterlibatan ibu yang dilaporkan. Kemudian, terdapat hubungan yang signifikan antara *self compassion* dengan keterlibatan ibu yang diinginkan.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian dari peneliti terletak pada fokus penelitian. Penelitian ini berfokus pada bagaimana hubungan antara keterlibatan ibu dan *self compassion* pada orang tua anak berkebutuhan khusus. Metode yang digunakan dalam penelitian tersebut yaitu menggunakan metode penelitian kuantitatif. Sementara itu, pada penelitian ini peneliti akan membahas mengenai bagaimana para orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus ini memaknai *self compassion* dan faktor–

¹⁴ Savira Prameswari, “Hubungan Keterlibatan Ibu dan *Self Compassion* Pada Orang Tua Anak Berkebutuhan Khusus”, *Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi*, Vol. 8, No. 2, (Oktober, 2019), 98.

faktor apa saja yang mempengaruhi *self compassion* orang tua ABK. Metode yang digunakan dalam penelitian yang akan diajukan ini yaitu menggunakan metode penelitian kualitatif,

3. Penelitian yang berjudul “*Self Compassion Stress* Pengasuhan Ibu Yang Memiliki Anak Dengan Hambatan Kognitif” yang dilakukan oleh Ika Febrian Kristiana dari Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro.¹⁵

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *self compassion* dengan *stress* pengasuhan ibu yang memiliki anak dengan hambatan kognitif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *self compassion* dengan *stress* pengasuhan pada ibu yang memiliki anak dengan hambatan kognitif di SLB X Kota Semarang. Semakin tinggi *self compassion* yang dimiliki ibu maka *stress* pengasuhan ibu pun semakin rendah, begitu pula berlaku sebaliknya.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian dari peneliti terletak pada fokus penelitian. Penelitian ini berfokus pada hubungan antara *self compassion* dengan *stress* pengasuhan ibu yang memiliki anak dengan hambatan kognitif. Metode yang digunakan dalam penelitian tersebut menggunakan metode penelitian kuantitatif. Sementara itu, pada penelitian ini peneliti akan membahas mengenai bagaimana para orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus ini memaknai *self compassion* dan faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi *self compassion* orang tua ABK. Metode yang

¹⁵ Ika Febrian Kristiana, “Self Compassion Stress Pengasuhan Ibu yang memiliki Anak dengan Hambatan Kognitif”, *Jurnal Ecopsy*, Vol.4 No.1, (April, 2017), 56.

digunakan dalam penelitian yang akan diajukan ini yaitu menggunakan metode penelitian kualitatif,

4. Penelitian yang berjudul “Studi Deskriptif *Self Compassion* Ibu Caregiver yang Memiliki Anak Retardasi Mental Sedang–Berat di SLBN 2 PK / PKL Cimahi” yang dilakukan oleh Adinda Fitri Ramadita dan Endang Pudjiastuti dari Fakultas Psikologi Universitas Islam Bandung.¹⁶

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *self compassion* pada ibu yang memiliki anak retardasi mental SLBN 2 PK / PKL Cimahi. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini ialah metode deskriptif dengan subjek penelitian sebanyak 15 ibu caregiver. Hasil penelitian menunjukkan bahwa para ibu mampu memperlakukan diri sendiri maupun orang lain dengan baik saat menghadapi kegagalan atau kesulitan. Berdasarkan pengolahan data diperoleh hasil yang menunjukkan bahwa sebanyak 10 orang ibu (66%) termasuk ke dalam kategori *self compassion* tinggi.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan diajukan oleh peneliti terletak pada fokus penelitian. Penelitian ini berfokus pada bagaimana gambaran *self compassion* pada ibu yang memiliki anak retardasi mental SLBN 2 PK / PKL Cimahi. Metode penelitian yang digunakan ialah metode deskriptif. Sementara itu, penelitian yang akan diajukan oleh peneliti ini berfokus pada bagaimana para orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus ini memaknai *self compassion* dan faktor–faktor apa

¹⁶ Adinda Fitri Ramadita dan Endang Pudjiastuti, “Studi Deskriptif *Self Compassion* Ibu Caregiver yang Memiliki Anak Retardasi Mental Sedang–Berat di SLBN 2 PK / PKL Cimahi”, 233.

saja yang mempengaruhi *self compassion* orang tua ABK. Metode yang digunakan dalam penelitian yang akan diajukan ini yaitu menggunakan metode penelitian kualitatif.

5. Penelitian yang berjudul “Peran *Self Compassion* Terhadap Kecerdasan Emosi Pada Remaja Tunadaksa” yang dilakukan oleh Dyah Aprilia Septiyani dan Resnia Novitasari dari Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia.¹⁷

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self compassion* dan kecerdasan emosi pada remaja tunadaksa. Penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* sebagai pengambilan sample subjek. Hasil analisis menunjukkan bahwa adanya korelasi yang signifikan antara *self compassion* dan kecerdasan emosi. Artinya, semakin tinggi *self compassion* maka semakin tinggi kecerdasan emosi pada remaja tunadaksa, begitu pula sebaliknya.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan diajukan oleh peneliti terletak pada fokus. Penelitian ini berfokus pada peran *self compassion* terhadap kecerdasan emosi / EQ pada remaja tunadaksa. Metode penelitian yang digunakan pada penelitian ini menggunakan kuantitatif. Sementara itu, pada penelitian yang akan diajukan oleh peneliti berfokus pada pemaknaan *self compassion* pada orang tua anak berkebutuhan khusus serta metode yang digunakan menggunakan metode penelitian kualitatif.

¹⁷ Dyah Aprilia Septiyani dan Resnia Novitasari, “Peran *Self Compassion* Terhadap Kecerdasan Emosi Pada Remaja Tunadaksa”, *Jurnal Indigenous*, Vol.2 No.1, (2017), 74.