

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Membesarkan anak adalah sebuah tantangan bagi pasangan yang telah diamanahkan memiliki buah hati. Pada dasarnya, ayah dan ibu memiliki peran yang sama di dalam mengasuh anak-anaknya, peran yang saling melengkapi di dalam keluarga guna membantu anak mengembangkan identitas dirinya. Dalam hal ini, ayah dan ibu perlu bekerjasama dalam memikul tanggung jawab yang seimbang agar anak-anaknya tumbuh dan berkembang secara optimal.

Pada umumnya orang tua menginginkan memiliki anak yang normal baik secara fisik maupun mental. Berbagai upaya dilakukan agar anaknya lahir, tumbuh dan berkembang secara normal. Kesadaran bahwa anaknya berkebutuhan khusus, bisa diketahui ketika anak masih dalam kandungan maupun ketika anak telah lahir, bahkan ada yang agak terlambat ketika anak telah berusia kanak-kanak. Banyak faktor yang mempengaruhi perbedaan waktu munculnya gangguan, intensitas keterlibatan orang tua dalam pengasuhan, serta pengetahuan dan kepekaan orang tua dalam melakukan deteksi dini perkembangan (Hidayah, 2019).

Lebih lanjut, Desiningrum (2016) menyebutkan bahwa setiap orang tua menghendaki kehadiran seorang anak, anak yang diharapkan oleh orang tua adalah anak yang sempurna tanpa memiliki kekurangan. Pada kenyataan, tidak ada satupun manusia yang tidak memiliki kekurangan. Manusia tidak ada yang sama satu dengan lainnya. Seperti apapun keadaannya, manusia diciptakan unik oleh sang maha pencipta. Setiap orang tidak ingin dilahirkan didunia ini dengan menyandang kelainan maupun memiliki kecacatan. Orang tua juga tidak ada yang menghendaki kelahiran anaknya menyandang kecacatan. Kelahiran seorang anak berkebutuhan khusus tidak mengenal berasal dari keluarga kaya, keluarga berpendidikan, keluarga miskin, keluarga yang taat beragama atau tidak. Orang tua tidak mampu menolak kehadiran anak berkebutuhan khusus. Pertumbuhan dan perkembangan yang dilalui setiap anak tentunya tidak sama dan memiliki keunikan masing-masing. Permasalahan yang dihadapi juga berbeda-beda dari satu anak ke anak yang lain. Salah satu permasalahan yang terjadi pada masa anak dapat berupa gangguan yang terjadi fase perkembangan fisik, gangguan bahasa, gangguan emosi maupun gangguan sensori motorik.

Keterlibatan ibu dalam pengasuhan memberikan hasil atau dampak yang berkaitan dengan harapan dan perilaku prososial pada anak. Selain itu, keterlibatan ibu juga cenderung memfokuskan pada keterampilan membangun hubungan, rasa hangat serta dukungan,

dan perilaku empatik sehingga memicu anak untuk meniru dan mengaplikasikannya ke dalam hubungan mereka sendiri (dalam Profe & Wild, 2015). Semua orangtua berharap memiliki anak yang sehat dan tidak mengalami gangguan baik secara fisik maupun psikis. Namun bagaimana jika anak yang dilahirkan memiliki gangguan atau anak yang memiliki kebutuhan khusus. Ketika seorang ibu mendapat karunia untuk membesarkan anak berkebutuhan khusus, tentunya situasi yang harus dihadapi akan menjadi sangat jauh berbeda. Ada dukungan yang harus lebih banyak diberikan, ada diskusi yang harus lebih sering dilakukan, ada kerja sama yang pastinya harus dijalin, berusaha sekuat tenaga untuk bisa menjadi model (contoh) yang baik, harus dapat menunjukkan rasa cinta yang tulus dan lebih kepada pasangan dan anak-anak (Rahmitha, 2011).

Suran dan Rinzo (dalam Anggreini & Valentina, 2015) menyebutkan bahwa Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) adalah anak yang terlahir dalam keadaan kurang sempurna secara fisik, psikologis, kognitif, ataupun sosial dan yang menyebabkan mereka terhambat dalam mencapai tujuan atau kebutuhan secara maksimal. Anak Berkebutuhan Khusus di klasifikasikan menjadi anak yang mengalami gangguan belajar, anak dengan pemusatan perhatian dan hiperaktif (ADHD), tunalaras atau retardasi mental, autisme, anak yang mengalami gangguan komunikasi, tunarungtu, tunanetra, tunaganda, tunadaksa, tunagrahita, dan anak berbakat atau *gifted*. Lebih lanjut, Rahmitha (2011) menyebutkan bahwa ABK ini membutuhkan layanan pendidikan khusus yakni suatu metode, materi pembelajaran atau kegiatan yang khusus, serta pelayanan dan peralatan yang khusus pula agar dapat mencapai perkembangan yang optimal karena anak-anak ini mungkin akan belajar dengan kecepatan dan cara yang berbeda pula.

Menurut Lisinus dan Sembiring, (2020) ada beberapa jenis hambatan/ gangguan dalam klasifikasi ABK, diantaranya: 1. Anak dengan gangguan penglihatan/ Tunanetra (misalnya: Anak kurang awas/ *low vision*, dan Anak tunanetra total/ *totally blind*)., 2. Anak dengan gangguan pendengaran/ Tunarungtu (misalnya: Anak kurang dengar/ *hard of hearing*, dan Anak tuli/ *deaf*)., 3. Anak dengan gangguan bicara/ Tunawicara., 4. Anak dengan gangguan kecerdasan di bawah rata-rata/ Tunagrahita (misalnya: Anak tunagrahita ringan, Anak tunagrahita sedang dan Anak tunagrahita berat)., 5. Anak dengan gangguan anggota gerak/ Tunadaksa., 6. Anak dengan gangguan perilaku dan emosi/ Tunalaras., 7. Anak berbakat/ *gifted talented* (misalnya: anak jenius yaitu anak yang memiliki kecerdasan di atas rata-rata, anak Indigo, dan anak kreatif)., 8. Anak dengan gangguan belajar pra akademik (misalnya: anak *Autis*, *ADHD*, *Cerebral Palsy*, dan *Asperger Disorder*)., 9. Anak dengan gangguan belajar akademik (misalnya: *Disgrafia*, *Diskalkulia*, *Disleksia*, dan *Slow Learner*).

Orangtua yang memiliki anak yang mengalami suatu gangguan (ABK) akan merasakan kesedihan. Emosi negatif seperti kesedihan bahkan stress yang dialami oleh orang tua dengan anak berkebutuhan khusus berpengaruh pada perkembangan anak dan orangtua yang memiliki anak dengan diagnosis *autisme* mengalami syok, penolakan, takut, merasa bersalah, marah dan sedih (Alcantara, dkk, 2016). Sebaliknya, orang tua yang menerima kondisi anaknya dengan penyandang *autisme* akan memahami kondisi, emosional, dan komunikasi, memperlakukan anak seperti pada umumnya dan tidak menjauhkan anak dari keluarga besar maupun masyarakat dapat di katakan bahwa orang tua yang telah menerima kondisi anak telah stabil dengan emosinya sendiri dan lebih siap untuk mendampingi tumbuh kembang anak. kestabilan emosi orang tua sendiri menjadi kunci penting ketika membantu anak penyandang *autisme* dalam meregulasi emosinya (Agustikasari, 2016).

Hal yang sama juga dialami oleh orangtua yang memiliki anak *down syndrome*. Menurut Edyta dan Damayanti (2016), orang tua yang memiliki anak dengan berkebutuhan khusus termasuk *down syndrome* mengalami dampak yang cukup signifikan dari segi psikologis seperti rasa bersalah, terkejut, tidak percaya diri, kecewa, sedih dan malu dengan kondisi anaknya. Orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus menghadapi tanggung jawab yang lebih besar dibandingkan dengan orangtua yang memiliki anak yang sehat dan sempurna, dalam hal pengasuhan dan pendidikan anak, sehingga lebih tinggi dalam tekanan psikologisnya. Hal ini juga dihadapi orangtua yang dikaruniai anak berkebutuhan khusus yakni anak *down syndrome*. Dimana mereka mengalami perubahan besar dalam hidupnya seperti kesiapan mental psikologis orang tua, pendidikan dan pendampingan, perawatan kesehatan dan biaya pengobatan yang tidak sedikit serta kekhawatiran terhadap masa depan anak.

Emosi negatif yang telah dijelaskan diatas, juga dialami oleh beberapa orang ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti, beberapa dari mereka pada awalnya tidak tahu mengapa anaknya tidak lancar berbicara mereka tidak curiga melihat anak nya bermain, seiring bertambahnya usia, muncul rasa kecemasan karena anak nya tidak lancar berbicara, tanpa di sadari ternyata ada yg tidak beres pada tumbuh kembang sang anak. Beberapa dari mereka mencoba membawa ke ahli syaraf dan hasil pemeriksaan menyatakan bahwa anaknya merupakan anak *down sindrom* dan pada akhirnya timbullah rasa cemas, tegang, dan stress. Menurut pengakuan ibu, di awal pengobatan mereka masih mampu mendampingi anaknya namun ketika harus dihadapkan pada tuntutan perhatian yang sama kepada anak yang lain mereka menjadi lebih emosi karena kesulitan membagi perhatiannya. Ada anak yang sangat membutuhkan perhatian lebih mulai dari makan, mandi, pakaian dan sebagai ibu sulit untuk menerima kenyataan ini karena adanya desakan dari

keluarga rasa malu, ketika harus menjawab pertanyaan orang sekitar terkait kondisi anaknya yang mengalami kekurangan dibandingkan anak lain seusianya. Beberapa diantara ibu juga menyatakan sering terjaga di tengah malam karena karena anaknya tiba-tiba bangun dan sulit untuk tidur membuat mereka harus menemani bermain dan harus selalu menjawab segala pertanyaannya yang sulit di mengerti, belum lagi ketika harus berhadapan dengan beberapa warga karena ulahnya yang tidak dia mengerti berkali kali menghadapi warga untuk hal yang tidak relevan.

Terkait kondisi yang dialami ibu yang memiliki ABK, Pisula, (2011) menyebutkan bahwa ada tiga hal yang menjadi kesulitan dan dapat menjadi pemicu stress serta memunculkan emosi-emosi negatif pada ibu yang memiliki ABK, antara lain: 1) karakteristik perilaku dari anak autis, seperti perilaku yang agresif dan sulitnya dalam berinteraksi social. 2) Kurangnya dukungan dari tenaga professional yang tepat. 3) Respons lingkungan social terhadap kondisi anak, seperti kurangnya pemahaman lingkungan sekitar terhadap kondisi anak, memberikan cibiran atau bahkan tatapan aneh pada anak dll.

Kehidupan emosional ibu mempengaruhi perkembangan emosional pada anak (Prastisti, 2011) dan ada tantangan tersendiri bagi orang tua yang memiliki ABK, khususnya ibu dalam mengasuh serta memberikan pendampingan pada anaknya (Mardiawan dan Prakoso, 2011) Untuk itu bahwa ibu diharapkan dapat mengontrol emosinya seiring pengasuhan terhadap anak. Sebagaimana diutarakan bahwa kemampuan mengontrol/ meregulasi emosi yang baik dapat membantu ibu mengatasi ketegangan, reaksi-reaksi emosional dan mengurangi emosi-emosi negatif. Seseorang yang mampu menyesuaikan diri dan mengelola emosinya akan menurunkan kemungkinan terkena masalah-masalah psikologis.

Regulasi emosi merupakan suatu proses individu dalam membentuk emosi dan mengetahui bagaimana mengekspresikannya dan mengemukakan bahwa regulasi emosi adalah kemampuan untuk mengevaluasi dan mengubah reaksi-reaksi emosional untuk bertindak laku tertentu yang sesuai dengan situasi yang sedang terjadi. Sebagai individu, kita mengenal berbagai macam emosi, seperti bahagia, sedih, marah, kecewa, dan masih banyak emosi-emosi lainnya. Agar emosi-emosi itu tidak meluap secara berlebihan, kita perlu mengolahnya, pengolahan emosi ini yang biasa kita sebut dengan regulasi emosi (Gross, 2014).

Menurut Danner, Snowdon dan Friesen (dalam Mirza dan Sulistyaningsih, 2013) seseorang yang memiliki regulasi emosi yang baik, dapat mengendalikan dan mengekspresikan emosi yang dirasakannya secara tepat. Hal inilah yang menarik peneliti untuk mengetahui bagaimana gambaran regulasi emosi pada ibu yang dirasakan oleh anak yang memiliki menyandang ABK akibat reaksi emosi negatif yang dirasakannya.

Beberapa reaksi-reaksi negatif yang dialami oleh orang tua anak berkebutuhan khusus cenderung dipengaruhi oleh pola asuh ayah dan ibu sebelumnya. Penelitian menemukan bahwa pola asuh orang tua yang buruk di masa lampau berkaitan dengan tingginya emosi-emosi negatif seperti kemarahan, depresi, dan kecemasan. Beberapa orang melaporkan bahwa mereka yang memiliki hubungan buruk dengan keluarganya, cenderung memiliki kepercayaan diri dan kesejahteraan emosi yang rendah (Mallors, dalam Mauna & Prameswari, 2019).

Terkait hal tersebut diatas, dapat disimpulkan bahwa kemampuan melakukan regulasi emosi sangat dibutuhkan seorang ibu dalam mengasuh dan mendampingi tumbuh kembang anaknya. Hal inilah yang menarik peneliti untuk mengetahui lebih lanjut bagaimana gambaran regulasi emosi pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus.

B. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Bagaimana gambaran regulasi emosi pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui bagaimana gambaran regulasi emosi pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus, dan juga untuk mengetahui faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi emosi pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus.