

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang Masalah

Menjadi orang tua, terutama seorang ibu, datang dengan banyak tanggung jawab dan memainkan peran besar dalam perkembangan anak-anak mereka. Ibu merupakan guru pertama bagi anaknya, diumpamakan sebuah jendela rumah yang memberi cahaya dan udara segar bagi seluruh keluarga. Kesehatan mental seorang ibu berperan besar terhadap kesehatan mental anak-anaknya, anak yang bahagia lahir dari ibu yang bahagia pula. Peranan seorang ibu tidak dapat dipandang sebelah mata apalagi jika memiliki anak dengan kondisi *Autistic Spectrum Disorder* (ASD).

Tentu saja, setiap orang ingin anaknya sempurna, baik secara fisik maupun mental. Tetapi bagaimana jika orang tua mengetahui bahwa anak mereka menderita autisme, kadang-kadang dikenal sebagai *Autism Spectrum Disorder* (ASD). Mereka yang paling dekat dengan seseorang dengan *Autism Spectrum Disorder* (ASD) juga mengalami kesulitan, termasuk orang tua, saudara kandung, guru, ahli, dan sekitarnya (Mandell, 2012). Penyakit perkembangan yang disebut *Autism Spectrum Disorder* (ASD) ditandai dengan masalah dengan kontak sosial, komunikasi verbal dan nonverbal (APA, 2013).

Sejak usia dini, penderita ASD harus menunjukkan gejala yang memenuhi kriteria DSM. Mengenai prevalensi ASD di Indonesia, tidak ada informasi statistik resmi yang tersedia. Menurut perkiraan WHO, 1 dari 160 anak di seluruh dunia memiliki gangguan spektrum autisme. Di sisi lain, diproyeksikan antara 2010 dan 2016, ada sekitar 140.000 anak di bawah usia 17 tahun yang menderita ASD berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS). Pada awal milenium, frekuensi ASD sekitar 1.000 kelahiran, namun data tahun 2008 menunjukkan peningkatan menjadi 1,68:1000 kelahiran. (Nelwansyah, dalam Kurnia, 2015). Anak ASD berbeda dengan anak dengan

penyakit lain, dan ciri-ciri anak ASD dapat menimbulkan masalah bagi keluarga serta menambah stres bagi ibu (Autism Europe, 2001). Beban ini akan semakin berat jika ibu berperan sebagai pekerja sekaligus ibu tidak bekerja yang mengasuh anak dengan autisme. Setiap ibu pasti sudah memiliki alasan dengan keputusannya sebagai ibu bekerja atau tidak bekerja.

Ibu memilih untuk bekerja karena berbagai alasan, antara lain pengetahuan bahwa ia akan memperoleh cukup uang untuk menghidupi keluarga besar, mengejar profesi yang sukses, dan percaya bahwa ia dapat menyeimbangkan pekerjaan dan kehidupan keluarga (Wirawan, dkk., dalam Eva, 2021). Keputusan untuk tidak bekerja juga dapat dibuat karena berbagai alasan, seperti pergeseran prioritas, kesulitan mengatur pekerjaan dan pengasuhan anak, ketidakmampuan untuk mendelegasikan pengasuhan anak, dan rasa nyaman karena tidak memiliki pekerjaan (www.fimela.com) .

Peneliti menemukan bahwa ibu yang tidak bekerja lebih cenderung merasakan emosi negatif seperti kecemasan, kemarahan, ketegangan, dan keputusasaan. Kesimpulan ini didasarkan pada penelitian sebelumnya yang melibatkan 60.799 wanita. Menurut survei ini, 41% ibu bekerja melaporkan kecemasan, dibandingkan dengan 34% rekan mereka. 50% ibu yang tidak bekerja dan 48% ibu yang bekerja mengalami stres. Sebanyak 19% ibu bekerja dan 14% ibu bekerja sama-sama melaporkan merasa marah. Studi ini menemukan bahwa wanita yang tidak bekerja lebih melankolis daripada ibu yang bekerja karena mereka merasa lebih sulit untuk mengekspresikan kegembiraan mereka, lebih sedikit tertawa atau tersenyum, dan mengambil pengalaman baru (Handayani dan Abidin, dalam Apsaryathi dan Lestari, 2017).

Hasil penelitian sebelumnya oleh Pirous dan Ardhiana (2014) menunjukkan bahwa terdapat disparitas tingkat stres yang dialami oleh baik ibu yang bekerja maupun ibu yang tinggal di rumah mengalami stres, tetapi ibu yang bekerja melaporkan tingkat stres yang lebih tinggi daripada ibu yang tinggal di rumah. Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa ia dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk tekanan masyarakat dan faktor lingkungan yang

membuat ibu stres. Stres ibu yang bekerja disebabkan oleh ketidakmampuan mereka untuk membagi waktu antara rumah dan pekerjaan, serta banyaknya tuntutan pekerjaan mereka. Bahkan jika ketegangan sehari-hari minimal, itu bisa menjadi stres yang signifikan (Maramis 2001). Akibat tekanan dan tuntutan yang hanya berasal dari lingkungan rumah, ibu yang tidak bekerja biasanya memiliki tingkat stres yang lebih rendah.

Menurut data dari Apreviadizy dan Puspitacandri (2014), ibu yang bekerja paling banyak mengalami kondisi terkait stres. Ketidakmampuan dalam menghadapi masalah yang timbul pada ibu bekerja dan tidak bekerja dapat menjadikan sebuah beban yang dirasakan akan membuat stres. Menjadi ibu baik yang bekerja dan tidak bekerja serta memiliki anak dengan kondisi *Autistic Spectrum Disorder* (ASD) memberikan tantangan yang tidak mudah untuk dilakukan. Menjadi lebih rumit lagi ketika seorang ibu yang berperan ganda tidak mampu lagi membagi waktu untuk keluarga dan pekerjaannya. Selain itu, tingkat stres yang tinggi akan menyebabkan kesehatan psikologis yang buruk.

Kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) adalah keadaan yang ditunjukkan oleh orang-orang yang dapat membuat keputusan mandiri tentang hidupnya, dapat mengelola lingkungannya secara efektif, dapat memupuk hubungan yang konstruktif dengan orang lain, memutuskan dan menjalankan arah dan tujuan hidupnya, menerima dirinya apa adanya, dan terus mencapai potensi penuhnya (Ryff, 1989).

Enam faktor yang menentukan kemampuan seseorang untuk berfungsi secara positif adalah *self-acceptance*/penerimaan diri, *purposive relation with others*/hubungan hubungan interpersonal yang sehat, kemandirian/kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pengembangan pribadi. Selain itu, Ryff (dalam Rahayu, A.M 2008) menyebutkan bahwa sejumlah variabel, seperti usia, jenis kelamin, budaya, agama, dukungan sosial, kepribadian, dan stres, berdampak pada kesejahteraan psikologis.

Di Kabupaten Gianyar, Apsaryathi dan Lestari (2017) melakukan penelitian dengan 200 peserta, termasuk 100 ibu bekerja dan 100 ibu pengangguran, dengan rentang usia 20 hingga 40 tahun. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa tingkat *psychological well-being* ibu tanpa pekerjaan bervariasi secara signifikan pada seorang ibu yang bekerja di Kabupaten Gianyar. Ibu yang bekerja dapat mengalami kesejahteraan psikologis yang lebih baik daripada ibu yang tinggal di rumah. Jumlah anak atau tingkat pendidikan memiliki pengaruh yang kecil terhadap *psychological well-being*. Berdasarkan usia perkawinan, terdapat variasi keadaan kesejahteraan psikologis. Jika dibandingkan dengan kelompok ibu dengan usia perkawinan 1 sampai 10 tahun, ibu dengan usia perkawinan 11 sampai 22 tahun menunjukkan tingkat *psychological well-being* yang lebih tinggi.

Temuan penelitian berbeda oleh Eva, N dkk., (2020), yang membandingkan kesejahteraan psikologis ibu yang bekerja dengan ibu yang tidak bekerja, mengungkapkan hal sebaliknya. Hal ini kemungkinan besar karena subjek penelitian dalam kedua kelompok memiliki banyak kesamaan, terutama dalam hal usia dan pendidikan. Dukungan sosial adalah elemen lain yang dapat memengaruhi kesehatan psikologis ibu yang bekerja dan yang tinggal di rumah.

Mayoritas ibu di Bandung yang tidak bekerja memiliki *psychological well-being* menengah (Fauziah, dkk., (2021), yang artinya ibu-ibu tersebut mampu mengendalikan lingkungan, mandiri, dan memiliki tujuan tertentu. Berdasarkan kriteria demografi termasuk usia saat menikah dan kekayaan, penelitian ini juga tidak menemukan *psychological well-being* yang signifikan. Karakteristik penerimaan diri berfluktuasi secara signifikan tergantung pada pendidikan. Menurut penelitian Vasile (2013), mereka yang memiliki tingkat pendidikan tinggi umumnya lebih baik dalam menilai diri mereka sendiri. Tidak ada perbedaan yang terlihat dalam *psychological well-being* berdasarkan kepemilikan anak. Koropectyj-Cox (2002) menegaskan bahwa cara menggambarkan kualitas hubungan pasangan lebih berdampak

pada *psychological well-being* orang dewasa daripada apakah mereka memiliki anak atau tidak.

Jelas dari uraian sebelumnya bahwa ibu yang bekerja dan tidak bekerja yang memiliki anak dengan ASD memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang berbeda. Pertanyaan yang sedang diselidiki adalah apakah ibu dari anak autis, baik yang bekerja maupun yang tidak, bervariasi dalam hal kesejahteraan psikologisnya. Apakah kesehatan mental ibu bekerja lebih tinggi daripada ibu rumah tangga, atau sebaliknya.

B. Tujuan Penelitian

Peneliti ingin melihat bagaimana kesehatan mental anak-anak yang bekerja dan ibu pengangguran pada spektrum autisme dibandingkan (ASD).

C. Manfaat Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengisi kesenjangan pengetahuan di bidang psikologi dengan membandingkan kesehatan mental ibu yang bekerja dan tinggal di rumah dengan anaknya yang mengalami Autism Spectrum Disorder (ASD). Serta memberi informasi untuk memilih peran yang sesuai dengan kapasitas ibu agar mampu mendampingi anak *Autistic Spectrum Disorder* (ASD) dengan lebih sehat dan bahagia.