

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Setiap orang tidak bisa lepas dari tekanan dan permasalahan hidup karena selalu menghadapi konflik batin atau permasalahan yang berbeda-beda sesuai perannya masing-masing sehingga rentan terhadap permasalahan. Baik sebagai orangtua, anak, pekerja, anak didik, dan lainnya. Secara umum setiap keluarga sangat menantikan dan sangat bahagia dengan kehadiran seorang anak. Setiap orangtua akan melakukan berbagai usaha untuk mendapatkan anak sehat, pintar dan normal. Namun pada kenyataan yang kita temui, tidak semua anak bertumbuh dalam kondisi seperti itu. Beberapa anak dilahirkan dengan ciri-ciri fisik, mental-intelektual, sosial dan emosional yang terbatas atau luar biasa sehingga mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap proses pertumbuhan atau perkembangannya dibandingkan dengan anak-anak lain pada usia yang sama. Ketika terjadi situasi dimana anak menunjukkan gejala masalah perkembangan sejak usia dini para orang tua akan membawa anaknya ke dokter, dokter anak, psikiater anak, dan psikolog dan alangkah terkejutnya mereka jika ternyata gejala yang dialami anak tersebut menunjukkan bahwa anak tersebut mengalami gejala Autistik Spektrum Disorder (ASD).

Penyakit perkembangan neurobiologis parah yang biasa disebut dengan autisme berdampak pada kemampuan seseorang untuk berhubungan dan berkomunikasi dengan orang lain. Karena ketidakmampuannya untuk berkomunikasi dan memahami emosi orang lain, penyandang autisme tidak dapat berinteraksi dengan orang lain secara bermakna, hal ini menyebabkan terhambatnya kemampuannya untuk menjalin hubungan (Biran & Nurhastuti 2018). Jumlah anak dengan gejala autisme yang menerima diagnosis setiap tahunnya terus meningkat.

Berdasarkan temuan data oleh WHO (2021), bahwa 1 dari 160 anak di dunia menderita gangguan spektrum autisme, sedangkan jumlah penderita gangguan spektrum autisme di Indonesia diperkirakan mengalami peningkatan 500 orang setiap tahunnya. Periode tahun 2020- 2021 dilaporkan sebanyak 5.530 kasus gangguan perkembangan pada anak. Pada tahun 2019, Pusat Data Statistik Sekolah Luar Biasa mencatat jumlah siswa autis di Indonesia sudah mencapai angka 144.102 siswa. Angka tersebut naik dibanding tahun 2018 tercatat sebanyak 133.826 siswa autis di Indonesia. Ada beberapa karakteristik anak autisme, terdapat enam gejala/gangguan, yaitu bidang; a. Masalah atau gangguan di bidang komunikasi (anak tampak seperti tuli, sulit berbicara, atau pernah berbicara lalu kemudian hilang kemampuan, b. Masalah atau gangguan di bidang interaksi sosial (anak yang mengalami gangguan autistik cenderung tidak menatap mata orang lain atau menghindari tatapan muka atau mata dengan orang lain, kurang tertarik untuk berinteraksi sosial seperti bermain bersama dengan teman, baik yang sebaya maupun yang lebih tua dari umurnya. Apabila diajak bermain biasanya mereka akan menghindari atau menolak ajakan tersebut), c. Masalah atau gangguan di bidang sensoris (menghindari pelukan, merasa tidak nyaman ketika terpapar suara keras dengan menutup telinga, cenderung menjilat atau mencium mainan atau benda-benda yang ada di sekitarnya dan kurang responsif terhadap rasa sakit atau takut), d. Masalah atau gangguan di bidang pola bermain (tidak bermain seperti anak-anak pada umumnya, tidak suka bermain dengan anak atau teman sebayanya, tidak memiliki kreatifitas dan tidak memiliki imajinasi, tidak bermain sesuai fungsi mainan, misalnya sepeda dibalik lalu rodanya diputar-putar, dan senang

terhadap benda-benda yang berputar (Powers dalam Biran dan Nurhastuti, 2018). Berdasarkan karakteristik di atas menunjukkan bagaimana setiap orangtua tidak semua merasa mampu menerima tanggungjawab menjadi orangtua dari anak autisme, munculnya perasaan tertekan, kekhawatiran akan masa depan anak, bahkan merasa putus asa melihat gejala dan perkembangan anaknya dengan autisme.

Inke, dkk, (2022) menemukan bahwa tingkat stres orangtua yang memiliki anak autisme mencapai tingkat klinis yang signifikan, yaitu sebesar 77% dari kasus. Hal ini didukung oleh hasil penelitian dari Wang, dkk, (dalam Inke 2022) yang berjudul *"Parental stres, involvement, and family quality of life in mothers and fathers of children with autism spectrum disorder in mainland China: A dyadic analysis"* menyatakan bahwa tingkat stres orangtua dapat disebabkan karena kurangnya keterlibatan keluarga. Kusumastuti, A.N (2014) yang melakukan penelitian memperoleh hasil bahwa ibu tunggal cenderung mengalami stres yang diakibatkan beban dan tanggungjawab mengasuh anak seorang diri. Selain itu faktor pengaruh karena memiliki anak ABK juga menjadi salah satu faktor penyebab ibu mengalami stres.

Seperti kasus yang ditemukan pada KompasNews.com, seorang ibu di Singapura yang memiliki sembilan anak dan tujuh di antara kesembilan anaknya adalah anak berkebutuhan khusus. Dengan tujuh anak berkebutuhan khusus, setiap hari waktunya biasa dia habiskan untuk mengajari anak-anaknya, memastikan anak-anaknya mampu beradaptasi dengan lingkungan sekolahnya. Sampai ibu tersebut mengalami masa-masa jenuh mengasuh tujuh anak berkebutuhan khusus, yang membuat dia pernah mengalami dehidrasi dan dua batu ginjalnya berdiameter hampir satu inci. Selain itu kasus juga ditemukan pada seorang ibu yang dikaruniai dua anak istimewa. Anak pertama berusia 17 tahun yang tumbuh dengan kondisi autisme. Lalu anak kedua seorang perempuan berusia 12 tahun dengan talasemia. Ibu mengalami syok ketika anak didiagnosa berkebutuhan khusus. Perlahan ibu ini berusaha keras untuk mengasuh anaknya seorang diri sebagai orangtua tunggal. Ibu merasa kerja keras untuk membagi waktu antara kuliah, bekerja, dan mengasuh anak tanpa dukungan dari suaminya (Okezone.com).

Emosi negatif pertama yang dialami orangtua yang memiliki anak autis adalah perasaan kaget, bingung, dan stress. Namun, seiring berjalannya waktu, emosi negatif dapat berubah menjadi emosi positif. Misalnya, orangtua semakin sering terlibat dan bersedia bekerja untuk memenuhi kebutuhan anak-anaknya. Di sisi lain, Sebagian orangtua masih ada yang belum mampu mengatasi dan menghilangkan penyebab stres yang muncul dan mengalami depresi berat.

Kusumastuti, (2014) menjelaskan bahwa stres adalah keseluruhan proses yang meliputi stimulasi, kejadian, peristiwa, dan respon, interpretasi individu yang menyebabkan timbulnya ketegangan diluar kemampuan seseorang untuk mengatasinya. Stres memiliki dua dampak, pertama stres secara fisik yaitu sistem kekebalan tubuh mengalami penurunan sehingga seseorang yang mengalami stres mudah terserang penyakit dan yang kedua secara psikis yaitu timbul perasaan negatif. Perasaan negatif ini akan menjadikan penderita mudah murung, kesepian, sedih, dan merasa tidak berguna

Stres terbagi menjadi; stimulus, respons, dan transaksional. A. Stimulus (Ransangan), seseorang mengalami stres akibat situasi lingkungan yang menekan, dan seseorang menerima langsung sumber stres tanpa ada proses penilaian. Sumber stres dikenal dengan istilah stresor. Sumber stres (*stresor*) dibagi menjadi tiga, yaitu: 1). *life*

events (peristiwa kehidupan), misalnya kematian pasangan hidup; 2) *chronic strain* (ketegangan kronis), misalnya tuntutan dalam pengasuhan; 3) *daily hassles* (permasalahan sehari-hari), misalnya perilaku anak di luar kendali orang. B. Respons; dapat berguna sebagai indikator terjadinya stres pada individu, dan mengukur tingkat stres yang dialami individu. Demikian halnya mengenai respon stres dapat terlihat dalam berbagai aspek, yaitu: 1). Respon fisiologis, yaitu respon yang ditandai dengan meningkatnya tekanan darah; 2). Respon kognitif, yaitu respon yang terlihat lewat terganggunya proses kognitif individu; 3) Respon emosi, yaitu respon yang muncul sangat luas, menyangkut emosi yang mungkin dialami individu, misalnya takut, malu, dan marah; 4). Respon tingkah laku, yaitu melawan situasi yang menekan. C. Transaksional, menekankan pada peranan penilaian individu terhadap penyebab stres yang akan menentukan respons dari individu tersebut. Setiap individu memiliki tipe kognitif yang berbeda dalam menginterpretasikan stimulus yang hadir (Thoits dalam Daulay, 2020). Pada penelitian ini sumber stres, respon, dan transaksional setiap orangtua berbeda-beda. Hal inilah yang akan dilihat melalui penelitian ini.

Sementara itu, cara melihat tingkat stres seseorang adalah melalui gejala yang muncul. Gejala Stres terbagi menjadi 3 yaitu : Fisiologis, Psikologis, Tingkah Laku. a.Fisiologis: denyut jantung bertambah cepat, banyak berkeringat, otot terasa tegang. b.Psikologis: resah, sering merasa bingung, sulit berkonsentrasi. c.Tingkah Laku: berbicara cepat sekali, menggigit kuku, menggoyang-goyangkan kaki (Lestari, C.I, 2021).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Putri, Pramesti, & Hapsari, (2019) terhadap ibu yang memiliki anak ASD diperoleh bahwa tingkat stres tergolong tinggi sebanyak 59%, kategori sedang sebanyak 35,9%, dan kategori rendah hanya sekitar 5,1%. Begitu juga hasil yang diperoleh dari penelitian Hardi, N.F & Sari, F.P (2019), bahwa ibu yg memiliki anak ASD mengalami stres yang bervariasi, seperti respon fisiologis berupa keadaan fisik yang mudah lelah, respon kognitif berupa kecemasan, respon emosi berupa perasaan malu dan kecewa, takut, sedih, serta respon tingkah laku berupa menangis, memukul, dan mencubit anak.

Adapun Faktor-Faktor yang mempengaruhi munculnya stres terbagi menjadi ; lingkungan, Fisiologis, Pikiran (Lestari, C.I 2021). Selain itu tingkat spiritualitas (Noviyanti,dkk, 2020). Spiritualitas adalah strategi penanggulangan yang signifikan untuk adaptasi keluarga. Studi dari negara lain juga menemukan bahwa spiritualitas adalah strategi koping yang paling efektif. Kehidupan spiritual yang baik akan membantu seseorang untuk lebih sabar, pasrah, tenang, damai dan ikhlas dalam menghadapi berbagai macam permasalahan, sehingga dapat menekan tingkat stres. Status orangtua bekerja dan tidak bekerja, status sosial ekonomi juga mempengaruhi tingkat stres (Fitriani, Gina, & Perdhana, 2020). Faktor lainnya adalah strategi koping (Biahimo & Firmawati, 2021), orangtua yang memiliki strategi koping yang baik akan menetralkan terjadinya stres, sebaliknya orangtua yang rendah strategi koping akan menimbulkan tingkat stres yang berbeda-beda.

Tentu saja tingkat stres setiap orang tua dan cara mereka mengatasi stres bervariasi. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa gambaran pola-pola yang berbeda muncul ketika menyangkut stres. Untuk itu peneliti tertarik untuk mempelajari lebih lanjut tentang tingkat stres yang dihadapi oleh orang tua anak dengan gangguan spektrum autisme, khususnya dengan partisipan di Kota Medan, untuk memahami tingkat stres orang tua yang memiliki anak gangguan autistik spektrum disorder. (*autistic spectrum disorder*.)

B. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bagaimana gambaran stres orangtua yang memiliki anak dengan *autistic spektrum disorder*.
2. Bagaimana cara orangtua untuk mengatasi stres yang muncul (peran faktor yang mempengaruhi stres).
3. Bagaimana gambaran perbedaan stres Ayah atau Ibu yang memiliki anak *autistic spectrum disorder*.

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui lebih dalam mengenai bagaimana gambaran tingkat stres orangtua yang memiliki anak *autistic spectrum disorder*.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis, diharapkan penelitian ini dapat menjadi sumber manfaat terhadap para orangtua yang memiliki anak *autistic spectrum disorder* mengetahui sumber dan respon terhadap stres yang dialami. Selain itu diharapkan dari penelitian ini berguna dalam pengembangan ilmu psikologi perkembangan, Anak berkebutuhan khusus, dan psikologi klinis.
2. Manfaat Praktis
 - a. Bagi Orangtua yang memiliki anak *autistic spectrum disorder* mengetahui mengenai sumber, respon, gejala stres orangtua yang memiliki anak *autisticspectrum disorder*, serta memiliki cara penyelesaian yang tepat ketika mengalami stres.
 - b. Bagi Masyarakat umum memiliki gambaran mengenai penyebab dan gejala stres dan memberikan informasi juga bagaimana peran positif masyarakat umum bagi orangtua yang memiliki anak *autistic spectrum disorder*.