

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pada umumnya pasangan suami dan istri yang sudah menikah mengharapkan kehadiran anak dalam pernikahan mereka. Kehadiran anak dalam suatu pernikahan dianggap sebagai hasil cinta pasangan suami istri, pencapaian dan pelengkap dalam suatu kehidupan pernikahan (Ross, 1964,1975:15). Anak juga merupakan generasi penerus yang diharapkan dalam suatu kehidupan pernikahan. Semua orangtua berharap untuk bisa mendapatkan anak yang normal dan sehat namun tidak semua orangtua mendapatkan anak yang sesuai dengan harapannya. Harapan orangtua untuk memiliki anak normal bisa berubah menjadi kekecewaan ketika mengetahui bahwa anaknya memperlihatkan masalah dalam perkembangan. Salah satu masalah yang dapat terjadi adalah tunagrahita.

Menurut *American Association on Intellectual and Developmental Disabilities* (AAID) dua karakteristik major dari seorang anak tunagrahita (Scholock et al, 2010, dalam Turnbull, Ann P., 2013), yaitu adanya keterbatasan yang signifikan dalam fungsi intelektual dan perilaku adaptif. Keterbatasan fungsi intelektual membuat anak tunagrahita mengalami kesulitan dalam mempelajari suatu informasi sedangkan adanya keterbatasan dalam perilaku adaptif membuat anak tunagrahita mengalami kesulitan dalam situasi kehidupan sehari-hari, yang meliputi keterampilan sosial, keterampilan konseptual, dan keterampilan praktikal. Ketidakmampuan ini terjadi sebelum usia 18 tahun.

DSM IV-TR membagi tingkat keparahan tunagrahita menjadi empat kelompok, yaitu *mild*, *moderate*, *severe*, dan *profound*. Klasifikasi ini dibagi berdasarkan tingkat kecerdasan (IQ). *Mild mental retardation* (tunagrahita ringan) adalah individu yang memiliki IQ 50-55 sampai kurang lebih 70, sedangkan *moderate mental retardation* (tunagrahita sedang) memiliki IQ 25-40 sampai dengan 50-55. *Severe mental retardation* (tunagrahita berat) memiliki IQ 20-25 sampai 30-40 dan *profound mental retardation* (tunagrahita sangat berat) memiliki IQ di bawah 20-25 (*American Psychiatric Association*, 2000).

Keberadaan anak tunagrahita di Kota Bandung sendiri belum diketahui secara pasti. Berdasarkan Data Biro Pusat Statistik (BPS) tahun 2013 diperkirakan terdapat 790 jiwa penyandang tunagrahita di Kota Bandung yang berasal dari 30 kecamatan namun terdapat beberapa kecamatan yang tidak menyediakan data mengenai jumlah penyandang tunagrahita di kecamatannya. Berdasarkan data yang diperoleh tidak didapatkan klasifikasi penyandang tunagrahita berdasarkan usia oleh karena itu tidak diketahui secara pasti berapa jumlah anak penyandang tunagrahita di tingkat SD.

Melihat berbagai keterbatasan yang dimiliki oleh anak tunagrahita para orangtua membutuhkan bantuan dan pendampingan khusus dari para ahli. Undang- Undang Nomor 20 tahun 2003 Pasal 5 Ayat 1 dan 2 mengenai Sistem Pendidikan Nasional menyebutkan bahwa “Setiap warga negara mempunyai hak yang sama untuk memperoleh pendidikan yang bermutu” serta “Setiap warga Negara yang mempunyai kelainan fisik, emosional, mental, intelektual, dan / atau sosial berhak memperoleh pendidikan khusus.”

Berdasarkan Undang-Undang tersebut, pemerintah mengadakan pendidikan khusus bagi anak-anak berkebutuhan khusus yang disebut sebagai Sekolah Luar Biasa (SLB). Terdapat SLB-A, SLB-B, SLB-C, dan SLB-D yang diklasifikasikan berdasarkan kebutuhan setiap anak. SLB-C merupakan SLB yang dikhususkan bagi anak tunagrahita. Berdasarkan data dari Dinas Pendidikan Kota Bandung tahun 2014 terdapat 9 SLB-C swasta di Kota Bandung yang khusus menangani anak tunagrahita dari tingkat ringan sampai sedang. Setiap SLB-C menyediakan tingkat pendidikan dari Taman Kanak-Kanak Luar Biasa (TKLB), Sekolah Dasar Luar Biasa (SDLB), Sekolah Menengah Pertama Luar Biasa (SMPLB), dan Sekolah Menengah Akhir Luar Biasa (SMALB). Pada setiap tingkatan dibagi menjadi kelompok C yang diperuntukkan bagi anak dengan tunagrahita ringan dan kelompok C1 bagi anak tunagrahita dengan derajat sedang.

Program pembelajaran di SLB-C Kota Bandung sendiri dilaksanakan berdasarkan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) dan kurikulum 2013 namun dalam pelaksanaannya tetap disesuaikan dengan kemampuan setiap anak. Berdasarkan hasil wawancara dengan SLB-C di Kota Bandung, pihak sekolah juga membekali setiap siswa-siswinya keterampilan khusus, seperti bela diri, kesenian (menyanyi, menari, dan memainkan alat musik), membuat kerajinan tangan, dan kecakapan hidup (*self-help*). Melalui pelatihan ini siswa-siswi yang mengalami tunagrahita diharapkan dapat mandiri dalam kehidupan pribadi, sosial serta ekonomi. SLB-C di Kota Bandung juga banyak dibantu oleh pemerintah dalam hal pendanaan baik untuk pengembangan sekolah dan biaya sekolah bagi siswa-siswinya. Hal ini karena kebanyakan orangtua yang menyekolahkan

anaknyanya di sekolah tersebut berasal dari ekonomi menengah kebawah. Setiap orangtua tidak dipaksakan untuk membayar uang sekolah dan biasanya hanya membayar berdasarkan kemampuan ekonomi keluarga masing-masing.

Kehidupan anak tunagrahita di SLB-C Kota Bandung tidak terlepas dari peran orang tua terutama ibu. Ketika masa kehamilan ibu membangun gambaran akan seperti apa anaknya nanti dan mengharapkan bayi yang sempurna (Ross, 1964:14). Ketika mengetahui anaknya mengalami tunagrahita ibu akan dihadapkan pada berbagai tantangan dan tuntutan kehidupan yang lebih berat dibandingkan dengan ibu yang memiliki anak normal. Selain harus menerima keberadaan anaknya, ibu juga dihadapkan pada pandangan masyarakat yang seringkali memandangi anaknya sebelah mata. Anak tunagrahita sering diidentikkan dengan kemiskinan, ketidakberdayaan dan kebodohan (dikutip dari Kompasiana, 8 Desember 2011). Hal ini dapat menjadi beban bagi sebagian ibu dengan anak tunagrahita. Ibu mengalami perasaan malu serta keinginan ibu untuk menjauh dari kehidupan sosialnya (Marijani, 2003).

Selain itu, permasalahan yang seringkali dihadapi ibu yang memiliki anak tunagrahita adalah minimnya pengetahuan yang dimiliki mengenai anak tunagrahita. (dikutip dari Kompasiana, 4 April 2011). Informasi mengenai tunagrahita sangat diperlukan oleh seorang ibu agar ibu dapat mengetahui kondisi anaknya serta penanganan dan pengasuhan apa yang paling tepat untuk membesarkan anaknya. Adanya keterbatasan informasi dan pengetahuan yang dimiliki akan membuat ibu semakin merasa terbebani karena tidak dapat memahami apa yang diinginkan anaknya dan pengasuhan apa yang diperlukan.

Berbagai kesulitan yang dialami ibu dengan anak tunagrahita pada akhirnya dapat mempengaruhi kesejahteraan dirinya (*Psychological Well-Being*). Pengalaman menjadi ibu dari anak tunagrahita akan dihayati berbeda-beda pada masing-masing ibu. Terdapat ibu yang dapat menilai keadaan ini sebagai beban namun terdapat juga ibu juga masih dapat mensyukuri kehidupannya. Penilaian seseorang terhadap pengalaman-pengalaman hidupnya dinamakan *Psychological Well-Being* (Ryff & Singer, 2003). *Psychological Well-Being* terdiri dari enam dimensi, yaitu *Self-Acceptance*, *Positive Relation with Other*, *Autonomy*, *Environmental Mastery*, *Purpose in Life*, dan *Personal Growth*. Keenam dimensi akan membentuk *Psychological Well-Being*. *Psychological Well-Being* tidak berdiri sendiri melainkan dipengaruhi oleh faktor sosiodemografis, seperti usia, status marital, status sosio-ekonomi (pendidikan, penghasilan, dan pekerjaan), serta faktor dukungan sosial.

Berdasarkan hasil wawancara dengan lima ibu di salah satu SLB-C di Kota Bandung, kelimanya merasa sedih, terkejut, kecewa, dan tidak percaya saat menerima diagnosis anaknya mengalami tunagrahita. Tiga diantaranya menyalahkan dirinya sendiri karena merasa telah melakukan banyak kesalahan di masa lalu yang menyebabkan anaknya mengalami tunagrahita. Sementara itu, dua ibu berusaha untuk tetap tegar melewati kesulitan yang mereka hadapi saat ini dan berusaha untuk melihat keberadaan anaknya sebagai suatu hal yang harus disyukuri. Mereka tidak menyesal dengan keadaan yang dialaminya dan menyadari bahwa segala hal yang terjadi dalam kehidupannya sebagai suatu proses pembelajaran. Hal ini memberikan gambaran mengenai penilaian ibu yang

memiliki anak tunagrahita terhadap kemampuan dirinya dalam melakukan penerimaan diri.

Sebanyak empat orang ibu yang memiliki anak tunagrahita pada SLB tersebut mengatakan bahwa walaupun dengan kesibukannya sehari-sehari mereka memiliki hubungan yang akrab dengan orang-orang di sekitarnya, seperti tetangga dan orang tua murid lain di sekolah anaknya. Lingkungan di sekitar mereka memahami bagaimana kondisi dirinya dan seringkali membantu mengawasi anaknya yang mengalami tunagrahita ketika mereka sedang mengerjakan pekerjaan rumah tangga. Ketika memiliki masalah terkadang mereka juga saling berbagi baik dengan anggota keluarga yang lain atau dengan sesama ibu yang memiliki anak tunagrahita. Hal ini membuat mereka merasa terbantu terutama ketika mereka merasa jenuh dengan kondisi yang dihadapinya saat ini. Mereka merasa bahwa orang-orang di sekitarnya peduli dengan keadaan dirinya dan dapat diandalkan untuk membantu mereka.

Satu diantaranya mengatakan enggan untuk membuka diri dan menjalin hubungan yang hangat dengan orang lain. Ia hanya memiliki hubungan yang akrab dengan sedikit orang serta jarang menceritakan permasalahan yang dihadapinya kepada orang lain. Ibu juga merasa malu untuk membawa anaknya ke lingkungan masyarakat sehingga lebih membatasi kegiatannya di luar rumah. Disisi lain, kelimanya mengatakan bahwa seringkali tidak peduli dan tidak dapat membantu permasalahan orang lain karena merasa keadaan hidup mereka sendiri sudah cukup berat dan mereka takut semakin menyulitkan dirinya. Adapula hal-hal yang menghambat mereka untuk dapat menolong orang lain, yaitu keadaan

anaknyanya yang mengalami tunagrahita, pekerjaan rumah tangga yang harus dikerjakan, dan kondisi finansial. Hal ini memberikan gambaran mengenai penilaian ibu yang memiliki anak tunagrahita terhadap kemampuan dirinya dalam menjadi relasi sosial relasi dengan orang lain.

Pada usia yang semakin dewasa, individu diharapkan memiliki kemampuan untuk mengambil keputusan dan mengevaluasi dirinya berdasarkan standar personalnya. Berdasarkan hasil survey awal empat diantaranya mengatakan bahwa mereka yang mengetahui bagaimana kondisi dirinya sendiri, terutama kondisi anak dan keluarganya sehingga mereka yang mengetahui keputusan apa yang terbaik namun tetap mendiskusikan dengan pasangan masing-masing. Pasangan biasanya akan memberikan masukan apabila keputusan yang diambil dirasa kurang tepat. Apabila terjadi perbedaan pendapat mereka akan berdiskusi dan mencari solusi bersama. Satu dari mereka mengatakan bahwa pasangan yang lebih banyak mengambil keputusan terutama dalam hal ekonomi dan urusan rumah tangga. Begitu pula dalam hal perawatan dan pendidikan bagi anaknya yang mengalami tunagrahita. Ia merasa takut apabila keputusan yang diambilnya dapat membuat kondisi menjadi semakin buruk.

Sebanyak lima orang ibu mengatakan bahwa sehari-hari mereka menghabiskan waktu sebagai ibu rumah dan merawat anaknya yang mengalami tunagrahita. Kelimanya memutuskan berhenti dari pekerjaan agar dapat memberikan perhatian lebih bagi anaknya. Dalam menjalankan aktivitas sehari-harinya kelima ibu mengalami kesulitan untuk mengatur situasi sehari-hari, seperti dalam mengurus rumah tangga dan mengawasi anaknya. Selain itu,

banyaknya tuntutan yang harus dikerjakan setiap hari membuat mereka sulit untuk melakukan kegiatan yang mereka senangi. Empat diantaranya mengatakan anggota keluarga yang lain seringkali ikut berpartisipasi dalam mengurus rumah tangga. Terkadang ibu juga mendapatkan bantuan dari tetangga untuk mengawasi anaknya. Gambaran tersebut menunjukkan penilaian ibu terhadap kemampuan dirinya dalam mengelola kehidupan sekitar.

Diketahui juga bahwa kelima ibu memiliki tujuan hidup yang sama, yaitu ingin dapat melihat anaknya yang mengalami tunagrahita dapat tumbuh menjadi mandiri dan bersekolah di sekolah normal namun, kelimanya merasa pesimis dengan harapannya tersebut. Hal ini karena anaknya kerap kali sulit diarahkan dan adanya keterbatasan intelegensi seringkali menghambat anaknya untuk memahami suatu hal. Satu diantaranya mengatakan masih memiliki harapan untuk dapat meningkatkan taraf ekonomi keluarganya, dengan cara suatu hari nanti dapat memiliki toko kecil-kecilan di rumahnya. Kelimanya mengatakan bahwa saat ini hanya menjalani hidupnya dengan pasrah dan tidak memiliki langkah-langkah tertentu untuk mencapai apa yang menjadi harapannya.

Selain itu, berdasarkan hasil survey awal didapatkan bahwa dua orang ibu masih berpartisipasi pada kegiatan-kegiatan di lingkungannya seperti mengikuti pengajian seminggu sekali. Mereka juga membawa anaknya ikut serta meskipun seringkali anaknya mengganggu kegiatan yang mereka sedang ikuti. Melalui kegiatan pengajian ini mereka merasa semakin dekat dengan Tuhan dan merasa mendapatkan banyak masukan positif. Selain itu, kegiatan pengajian ini menjadi wadah untuk menyalurkan kegemaran mereka, seperti membuat kue lalu dijual

pada acara pengajian. Ketika pihak sekolah mengadakan acara seminar atau pelatihan dalam mendampingi anak yang mengalami tunagrahita, mereka juga selalu menyempatkan diri hadir. Melalui acara tersebut ibu merasa mendapatkan keterampilan baru dalam mendampingi anaknya yang mengalami tunagrahita.

Tiga diantaranya mengatakan bahwa semenjak kehadiran anaknya yang mengalami tunagrahita mereka lebih membatasi kegiatan yang mereka ikuti karena seringkali merasa tidak nyaman apabila membawa anaknya ikut serta. Hal ini karena anaknya seringkali mengganggu dan merengek untuk pulang apabila dibawa pada acara-acara tertentu. Mereka juga tidak sering hadir ketika pihak sekolah mengadakan acara seminar atau pelatihan karena seringkali acara tersebut diadakan di hari Sabtu sehingga mereka memilih untuk beristirahat di rumah atau mengerjakan pekerjaan rumah tangga. Hal ini menggambarkan penilaian ibu terhadap kemampuan dirinya dalam mengembangkan potensi dan bakat yang dimiliki.

Melihat pentingnya penilaian ibu terhadap kemampuan dirinya, maka peneliti tertarik untuk mengetahui gambaran masing-masing dimensi dari *Psychological Well-Being* pada ibu yang memiliki anak tunagrahita di SLB-C Kota Bandung yang terdiri dari dimensi *Self-Acceptance*, *Positive Relation with Other*, *Autonomy*, *Environmental Mastery*, *Purpose in Life*, dan *Personal Growth*.

1.2 Identifikasi Masalah

Dalam penelitian ini, ingin diketahui mengenai gambaran dimensi-dimensi *Psychological Well-Being* pada ibu yang memiliki anak tunagrahita di SLB-C Kota Bandung.

1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian

1.3.1 Maksud Penelitian

Maksud dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran dimensi-dimensi *Psychological Well-Being* pada ibu yang memiliki anak tunagrahita di SLB- C Kota Bandung.

1.3.2 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui derajat *Psychological Well-Being* beserta dimensi-dimensinya, yaitu *Self-Acceptance*, *Positive Relationship with Others*, *Autonomy*, *Environmental Mastery*, *Purpose in Life*, dan *Personal Growth* beserta faktor-faktor yang berpengaruh pada ibu yang memiliki anak tunagrahita di SLB-C Kota Bandung

1.4 Kegunaan Penelitian

1.4.1 Kegunaan Teoritis

1. Memberikan masukan bagi ilmu psikologi, khususnya psikologi klinis mengenai *Psychological Well-Being* pada ibu yang memiliki anak tunagrahita.

2. Memberikan informasi bagi peneliti lain yang ingin meneliti lebih lanjut mengenai *Psychological Well-Being* pada ibu yang memiliki anak tunagrahita.

1.4.2 Kegunaan Praktis

1. Memberikan informasi kepada pihak sekolah SLB–C di Kota Bandung mengenai gambaran dimensi-dimensi *Psychological Well-Being* pada ibu yang memiliki anak tunagrahita di sekolah tersebut untuk mengembangkan pemahaman mengenai tindakan apa yang diperlukan ketika ibu dihadapkan pada kesulitan dalam menghadapi anaknya yang tunagrahita.
2. SLB-C di Kota Bandung dapat memanfaatkan informasi mengenai gambaran dimensi-dimensi *Psychological Well-Being* untuk membuat program konseling, seminar atau pelatihan sehingga para ibu dapat lebih peduli terhadap kesejahteraan dirinya sendiri dan anaknya yang mengalami tunagrahita.

1.5 Kerangka Pikir

Ibu yang memiliki anak tunagrahita di SLB-C Kota Bandung berada pada usia dewasa awal dan dewasa madya. Menurut Santrock (2002), dewasa awal berlangsung dari usia 20-39 tahun. Ibu yang berada pada masa dewasa awal mengalami perubahan dari pola pemikiran dualistik menjadi pola pemikiran beragam. Ibu mulai memahami bahwa setiap orang memiliki pandangan dan

pendapat pribadi masing-masing. Ibu tidak lagi memandang dunia dalam dualisme pola polaritas mendasar, seperti benar/salah, kita/mereka, atau baik/buruk (William Perry, 1970 dalam *Live-Span Development*: 92). Ibu yang berada pada dewasa madya mengalami penurunan dalam kondisi fisik terutama dalam hal pendengaran dan pengelihatan (Kline & Schieber, 1985 dalam *Live-Span Development*: 140). Selain itu, adanya penurunan dalam daya ingat akan memengaruhi ibu dalam menjalankan tanggung jawab sehari-harinya.

Ibu yang memiliki anak tunagrahita di SLB-C Kota Bandung dihadapkan pada tuntutan yang lebih besar dibandingkan dengan ibu yang memiliki anak normal baik dari segi waktu, finansial, dan tenaga (Begab, 1966). Hal ini karena anak tunagrahita memiliki keterbatasan dalam fungsi intelektual dan perilaku adaptif. Adanya keterbatasan intelegensi membuat anak tunagrahita mengalami kesulitan untuk mempelajari suatu informasi dan keterampilan untuk menyesuaikan diri dengan masalah atau situasi kehidupan yang baru. Selain itu, adanya keterbatasan dalam hal perilaku adaptif membuat anak tunagrahita mengalami kesulitan dalam melakukan suatu keterampilan, kapan untuk melakukan suatu keterampilan dan faktor motivasional yang memengaruhi apakah keterampilan dapat dilakukan atau tidak (Schalock et.al, 2010). Maka dari itu, anak tunagrahita cenderung membutuhkan orang lain dalam kehidupan sehari-harinya, terutama yang berasal dari ibu.

Berbagai tantangan yang dihadapi ibu yang memiliki anak tunagrahita akan memengaruhi penilaian mereka terhadap kehidupan yang mereka jalani. Penilaian ibu yang memiliki anak tunagrahita bukan hanya sebatas penilaian

terhadap tuntutan kehidupan melainkan juga penilaian terhadap pengalaman kesuksesan dan kebahagiaan yang terjadi di dalam kehidupannya. Hal inilah yang disebut dengan *Psychological Well-Being*. *Psychological Well-Being* merupakan penilaian seseorang terhadap kehidupan yang mereka jalani (Ryff, 1995). Penilaian ibu yang memiliki anak tunagrahita akan memengaruhi enam dimensi *Psychological Well-Being*, yaitu *Self-Acceptance*, *Positive Relation with Other*, *Autonomy*, *Environmental Mastery*, *Purpose in Life*, dan *Personal Growth*.

Self-Acceptance merupakan penilaian ibu yang memiliki anak tunagrahita di SLB-C Kota Bandung terhadap kemampuan dirinya dan pengalaman masa lalunya (Ryff, 1989). Ibu yang menilai dirinya mampu akan dapat menerima dirinya secara positif dan tidak menyalahkan dirinya sendiri karena keadaan anaknya yang mengalami tunagrahita. Ia juga memiliki rasa percaya diri dalam mengasuh dan membesarkan anaknya yang tunagrahita ataupun dalam kehidupan sehari-harinya. Hal-hal buruk yang pernah terjadi dalam kehidupannya tidak dijadikan penyelesaian melainkan menjadi suatu proses pembelajaran. Kondisi sebaliknya terjadi pada ibu yang menilai dirinya tidak mampu, yang artinya ia akan terus menyalahkan dirinya sendiri sebagai penyebab keadaan anaknya yang mengalami tunagrahita. Kesalahan yang pernah dilakukannya di masa lalu dijadikan penyesalan dan membuat dirinya tidak berani dalam melihat masa depan. Ia juga terus membandingkan kehidupan dirinya dengan kehidupan orang lain yang dirasanya memiliki kehidupan yang lebih baik dari dirinya.

Positive Relation with Others adalah penilaian ibu yang memiliki anak tunagrahita di SLB-C Kota Bandung terhadap kemampuan dirinya dalam menjalin

hubungan yang berkualitas dengan orang lain (Ryff, 1989). Ibu yang menilai dirinya mampu menjalin relasi sosial dengan orang lain tidak akan merasa sendiri di tengah permasalahan hidupnya karena memiliki tempat bagi dirinya untuk berbagi permasalahan yang sedang dihadapi. Bukan hanya itu, ia juga menilai dirinya mampu berempati terhadap permasalahan yang orang lain hadapi dan tidak hanya terfokus pada permasalahan pribadinya. Sebaliknya ibu yang menilai dirinya tidak mampu menjalin relasi dengan orang lain akan merasa ragu ketika harus menjalin relasi dengan orang lain. Ia juga lebih banyak menuntut perhatian dan pengertian dari orang lain terhadap permasalahan yang dihadapinya.

Selain itu, dalam *Psychological Well-Being* juga terdapat dimensi *Autonomy*, yaitu penilaian ibu yang memiliki anak tunagrahita di SLB-C Kota Bandung terhadap kemandirian dan kemampuan untuk mengatur tingkah laku (Ryff dan Singer, 1989). Ibu yang menilai dirinya mampu melakukan *Autonomy* berani untuk menolak tekanan yang berasal dari lingkungannya untuk berpikir dan berperilaku dengan cara-cara tertentu, ia tidak takut untuk mengutarakan opininya meskipun berbeda dengan orang lain. Ia dapat mengevaluasi keputusan yang diambil berdasarkan standar pribadinya. Ibu yang tidak menilai dirinya tidak mampu untuk melakukan *autonomy* akan mengalami kesulitan dalam mengutarakan opininya dan cenderung bersikap konformis. Ia juga mengalami kesulitan dalam pengambilan keputusan karena banyak bergantung pada penilaian dan pendapat orang lain.

Environmental Mastery mengacu pada penilaian ibu yang memiliki anak tunagrahita di SLB-C Kota Bandung terhadap kemampuan dirinya dalam

mengelola kehidupan dan lingkungan sekitar. Ibu yang menilai dirinya mampu akan dapat mengatur waktunya secara efisien dan membuat langkah-langkah efektif dalam mengerjakan tugas sehari-hari meskipun dengan segala tanggung jawab yang harus dijalaninya setiap hari. Dalam hal misalnya, ibu mampu membagi waktu antara mengerjakan pekerjaan rumah tangga, mendampingi anak, dan berelasi dengan lingkungan yang ada di sekitarnya. Ibu juga dapat melihat kesempatan dengan efektif dan menciptakan kondisi lingkungan sekitar sesuai dengan kebutuhan dirinya. Sementara ibu yang menilai dirinya tidak mampu akan mengalami kesulitan dalam mengatur situasi sehari-harinya serta mengabaikan kesempatan yang datang untuk mengembangkan diri. Hal ini membuat ibu merasa tidak puas dengan kehidupan yang dijalaninya, baik dalam kehidupan berkeluarga ataupun dalam relasi.

Purpose in Life mengacu pada penilaian ibu terhadap kemampuannya dalam menentukan dan mencapai tujuan hidup (Ryff dan Singer, 1989). Ibu yang menilai dirinya mampu pada dimensi ini bukan hanya sekedar memiliki tujuan hidup namun juga merasa optimis bahwa dirinya mampu untuk mencapai apa yang menjadi tujuannya. Keberadaan anaknya yang mengalami tunagrahita tidak membuatnya merasa pesimis untuk dapat memiliki kehidupan yang lebih baik. Ia juga secara aktif membuat dan menjalankan apa yang sudah direncanakan agar tujuannya dapat tercapai serta menikmati hal tersebut. Masa lalu dan masa kini dilihat sebagai suatu tantangan dalam merencanakan kehidupan yang lebih baik. Sementara ibu yang menilai dirinya tidak mampu akan merasa pesimis terhadap

apa yang menjadi tujuannya. Ia juga lebih banyak terpaku pada kehidupannya saat ini dan membuat tujuan hidup dianggap sebagai suatu hal yang membuang waktu.

Dimensi yang terakhir adalah *Personal Growth*, yaitu penilaian ibu yang memiliki anak tunagrahita di SLB-C Kota Bandung terhadap usahanya dalam mengembangkan potensi dan talenta yang dimiliki (Ryff, 1989). Ibu menilai dirinya memiliki ketertarikan untuk mengembangkan potensi dan wawasannya. Keberadaan anaknya yang mengalami tunagrahita membuat mereka sadar bahwa perlunya suatu informasi yang dapat mengembangkan wawasan mereka mengenai pengasuhan apa yang tepat, yaitu dengan mengikuti seminar atau pelatihan tertentu. Usia yang terus bertambah tidak membatasinya untuk mencoba pengalaman-pengalaman baru. Melalui pengalaman hidupnya, ibu akan semakin mengenal dirinya sehingga ia akan belajar dari pengalaman tersebut untuk menentukan cara-cara yang lebih tepat dalam menghadapi masalah. Di sisi lain terdapat ibu yang menilai dirinya tidak mampu untuk melakukan pengembangan diri, ibu merasa jenuh dan tidak tertarik untuk melakukan perubahan dalam kehidupannya. Ia merasa tidak nyaman apabila dihadapkan pada situasi baru yang menuntutnya untuk merubah kebiasaan lama dalam melakukan suatu hal sehingga ia cenderung bertahan dengan cara pikir dan tingkah laku tertentu.

Dimensi-dimensi *Psychological Well-Being* pada ibu yang memiliki anak tunagrahita dipengaruhi oleh berbagai faktor, yaitu faktor sosio demografis yang terdiri dari usia, status sosio-ekonomi, dan status marital serta faktor dukungan sosial Ryff, 1989; Ryff & Keyes, 1995, 1994; Ryff & Essex, 1992; Sarafino, 1990). Menurut Ryff (1995) faktor usia memengaruhi dimensi *Autonomy*,

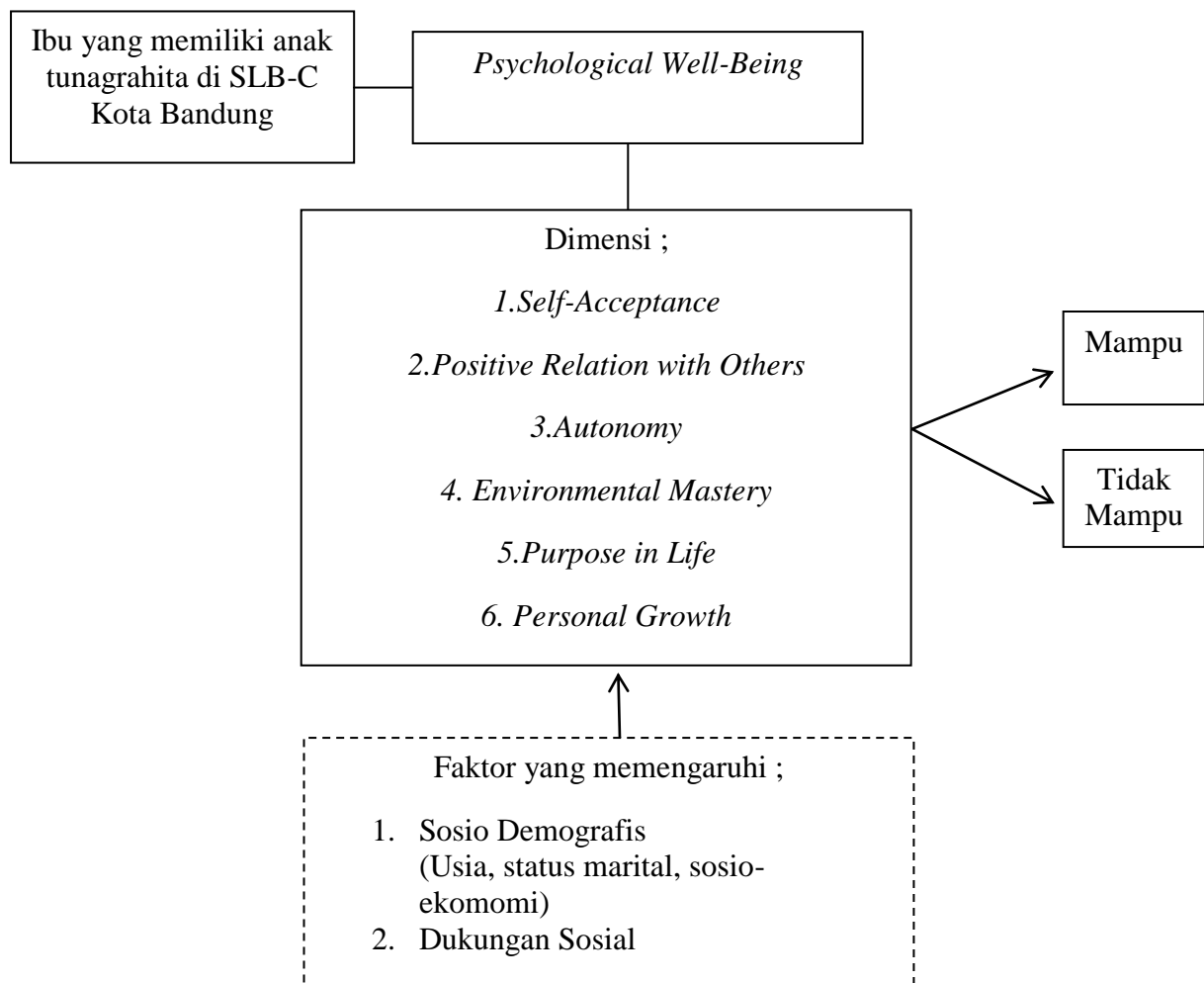
Environmental Mastery, Purpose in Life, dan Personal Growth. Bertambahnya usia pada ibu yang memiliki anak tunagrahita akan membuat ibu merasa dirinya lebih matang dan mandiri. Hal ini akan menyebabkan ibu merasa lebih yakin dengan keputusan yang dibuatnya. Selain itu, ibu juga belajar untuk mengembangkan kemampuan dirinya sehingga dapat lebih menguasai tuntutan kehidupan sehari-harinya (*Environmental Mastery*). Disamping itu, usia yang bertambah akan membuat ibu yang memiliki anak tunagrahita kehilangan keinginan untuk merencanakan kehidupan yang lebih baik (*Purpose in Life*) dan keterbukaan pada pengalaman baru (*Personal Growth*). Hal ini karena ibu cenderung sudah merasa nyaman dengan kondisinya saat ini sehingga kurang terpacu untuk menetapkan tujuan dan mengembangkan dirinya.

Faktor status sosio-ekonomi pada ibu yang memiliki anak tunagrahita, seperti tingkat pendidikan maupun ekonomi akan berpengaruh pada dimensi *Psychological Well-Being* seperti *Self-Acceptance*, *Purpose in Life*, dan *Personal Growth* (Ryff, 2001). Ibu yang memiliki tingkat pendidikan yang tinggi cenderung memiliki tujuan hidup yang lebih tinggi dan cara pandang yang lebih terbuka serta mampu untuk menentukan langkah-langkah sistematis untuk mencapai apa yang menjadi tujuan hidupnya sehingga dapat mengarahkan pada kondisi hidup yang lebih baik (*Purpose in Life*). Selain itu, ibu yang memiliki tingkat ekonomi dari kalangan menengah ke atas merasa memiliki hal yang dapat ia banggakan disamping kekurangan yang dimiliki. Hal ini akan membuat ibu lebih memiliki pandangan yang positif terhadap dirinya sendiri (*Self-Acceptance*).

Kemampuan ibu yang memiliki anak tunagrahita untuk menetapkan tujuan hidup (*Purpose in Life*) dipengaruhi oleh status marital (Biermal et.al, 2006). Ibu yang menikah akan memiliki derajat yang lebih tinggi pada dimensi *Self-Acceptance*, *Environmental Mastery*, dan *Purpose in Life* dibandingkan dengan ibu bercerai (Jurnal: *Factors Influencing Women's Psychological Well-Being within a Positive Functioning Framework*; Moe, Krista.,2012). Ibu dengan status bercerai disamping harus merawat anaknya yang mengalami tunagrahita sendiri, ia juga harus membiayai kehidupan ekonomi keluarganya. Hal ini akan berdampak pada kemampuan ibu untuk mengelola kehidupannya (*Environmental Mastery*). Selain itu, adanya pasangan dapat menjadi tempat untuk berbagi keluh kesah sehingga ibu yang berada pada SLB-C Kota Bandung tidak merasa sendiri ditengah permasalahan hidupnya serta dapat berbagi tanggung jawab sehari-hari.

Faktor dukungan sosial juga turut berpengaruh terhadap dimensi *Psychological Well-Being* (Jurnal *Social Support and Psychological Well in Fathers of Children with Autism Spectrum Disorders*; University of Wisconsin-Madison, Emily., 2001). Ibu yang berada di SLB-C Kota Bandung bisa mendapatkan dukungan dari pasangan, anak, pihak sekolah, tetangga, komunitas yang diikuti, dan lain-lain. Menurut House (1981, dalam Vaux 1988) terdapat empat jenis dukungan yang bisa didapatkan seseorang, yaitu dalam bentuk informasi (*informational support*), ungkapan empati (*emotional support*), biaya (*instrumental support*), dan penghargaan (*esteem support*). Dukungan yang diberikan pada ibu yang memiliki anak tunagrahita akan membuat ibu merasa dicintai, diperdulikan, dihargai, dan memiliki tempat bagi dirinya untuk

bergantung ketika mengalami kesulitan. Tidak adanya dukungan dari orang-orang sekitarnya akan membuat ibu merasa sendiri di tengah permasalahan hidupnya karena merasa tidak ada yang dapat diandalkan untuk membantu dirinya.



Bagan 1.1 Kerangka Pikir

1.6 Asumsi

1. Derajat *Psychological Well-Being* pada ibu yang memiliki anak tunagrahita di SLB-C Kota Bandung dapat diukur melalui 6 dimensi,

yaitu *Self-Acceptance*, *Positive Relationship with Others*, *Autonomy*, *Environmental Mastery*, *Purpose in Life*, dan *Personal Growth*.

2. Derajat dimensi *Psychological Well-Being* pada ibu yang memiliki anak tunagrahita di SLB-C Kota Bandung dipengaruhi oleh faktor sosio demografis (usia, status sosio-ekonomi, dan status marital) serta faktor dukungan sosial.
3. Adanya keberadaan anak tunagrahita akan membuat ibu cenderung memiliki derajat *Psychological Well-Being* yang rendah