

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Masalah

Tuna grahita atau terbelakang mental merupakan kondisi dimana perkembangan kecerdasan anak mengalami hambatan sehingga tidak mencapai tahap perkembangan yang optimal. Menurut definisi yang dikembangkan oleh AAMD (*American Association of Mental Deficiency*) keterbelakangan mental menunjukkan fungsi intelektual di bawah rata-rata secara jelas dengan disertai ketidakmampuan dalam penyesuaian perilaku dan terjadi pada masa perkembangan (Kauffman dan Hallahan, 1986 dalam Somantri 2007). Berdasarkan data yang diperoleh dari Biro Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2006, dari 222 juta penduduk Indonesia, sebanyak 0,7% atau 2,8 juta jiwa merupakan penyandang cacat, dengan populasi anak tuna grahita menempati angka paling besar dibandingkan dengan jumlah anak dengan keterbatasan lainnya ( <http://eprints.undip.ac.id/16469/> ).

Menurut AAMD (*American Association of Mental Deficiency*) anak tuna grahita dapat dikelompokkan menjadi tiga berdasarkan pada taraf intelegensinya yaitu, tunagrahita ringan, sedang dan berat. Anak tuna grahita ringan memiliki IQ antara 69-55 menurut skala Weschler (WISC) dan dipandang masih memiliki kemampuan untuk berkembang dalam bidang pelajaran akademik, serta masih mempunyai potensi untuk menguasai mata pelajaran akademik di sekolah dasar. Anak dengan tuna grahita sedang yang memiliki IQ 54-40 menurut skala Weschler (WISC) masih dapat menulis dan dididik untuk mengurus diri seperti mandi, berpakaian dan mengerjakan pekerjaan rumah tangga sederhana. Sedangkan untuk anak tuna grahita berat dapat dibedakan menjadi dua yaitu anak tuna grahita berat

dan sangat berat. Anak tuna grahita berat memiliki IQ antara 39-25 menurut skala Weschler dan sangat berat dengan IQ dibawah 24 menurut skala Weschler, memerlukan bantuan perawatan secara total dalam hal berpakaian, mandi, makan dan lain-lain (Somantri, 2007).

Akibat keterbatasan kecerdasan yang dimiliki oleh anak-anak tuna grahita, mereka membutuhkan layanan pendidikan secara khusus yang disesuaikan dengan kemampuan anak tersebut. SLB C merupakan sekolah luar biasa yang bertanggung jawab melaksanakan pendidikan untuk menangani kebutuhan khusus dari anak tuna grahita. SLB C “X” merupakan salah satu SLB yang menangani kebutuhan anak tuna grahita di kota Cimahi. Di SLB C “X” Cimahi ini terdapat 52 orang siswa yang terdaftar sebagai peserta didik di tingkat sekolah dasar (SD). Dari kelima puluh dua siswa tersebut, tiga puluh empat (34) diantaranya merupakan siswa tuna grahita, yang terdiri dari delapan belas (18) anak laki-laki dan enam belas (16) anak perempuan. Terdapat dua belas (12) siswa tergolong anak dengan autisme, dan sejumlah enam (6) anak merupakan siswa tuna rungu. Di SLB-C “X” ini hanya terdapat anak tuna grahita taraf ringan dan sedang, karena kedua kelompok ini secara kognitif masih mampu menerima pendidikan akademik dan pelatihan keterampilan di sekolah. Siswa tuna grahita yang berada di tingkat sekolah dasar memiliki rentang usia antara 6 sampai 17 tahun dan masih mendapatkan pengawasan langsung dari orangtuanya.

Keterbatasan yang dialami oleh anak tuna grahita, selain dalam perkembangan intelegensinya, mereka juga memiliki keterbatasan dalam interaksi sosial, keterbatasan dalam penguasaan bahasa, kesulitan dalam mengurus diri sendiri, dan kurang mampu untuk mempertimbangkan sesuatu. Oleh karenanya, anak tuna grahita memiliki ketergantungan yang sangat besar pada orangtuanya dan mereka

harus selalu dibimbing dan diawasi. Berdasarkan data yang diperoleh peneliti dari kepala sekolah, ibu yang mempunyai anak tuna grahita di tingkat sekolah dasar memiliki tanggung jawab yang lebih besar dibandingkan dengan ibu yang mempunyai anak tuna grahita yang lebih tua usianya, karena ibu yang mempunyai anak tuna grahita di tingkat sekolah dasar secara intensif harus mengawasi dan membimbing aktivitas anaknya yang belum mampu merawat diri sepanjang hari. Adapun bentuk pengawasan yang diberikan oleh ibu dari anak tunagrahita di tingkat sekolah dasar ini, seperti mengantarkan anaknya ke sekolah setiap hari, mengawasi aktivitas yang dilakukan oleh anak sehari-hari ketika bermain, membimbing anaknya untuk makan dan mengurus diri, mengawasi anak ketika mengamuk agar tidak menyakiti diri sendiri dan secara berkala berkonsultasi dengan pihak sekolah mengenai perkembangan anaknya di sekolah.

Pada dasarnya orang yang paling banyak menanggung akibat ketunagrahitan adalah orangtua dan keluarga dari anak tersebut, terutama bagi ibu dan ayah dari anak tuna grahita, terutama seorang ibu, karena sebagian besar waktu anak adalah bersama ibunya. Berdasarkan data awal yang diperoleh peneliti melalui wawancara langsung terhadap lima orang ibu yang menyekolahkan anak tuna grahitanya di SLB C “X” Cimahi ini, ibu merupakan orang yang menghabiskan waktu paling banyak dalam merawat dan membesarkan anaknya. Dalam waktu 24 jam, ketiga ibu ini menghabiskan waktu 16 jam untuk merawat, mengawasi dan mengurus anak-anak mereka. Para ibu ini mengabdikan seluruh waktunya untuk merawat dan mengasuh anaknya, bahkan ada yang sampai harus meninggalkan pekerjaannya karena lebih mementingkan sang anak. Ketika anak sedang dalam, mengamuk atau menangis, maka biasanya yang bisa meredakan perilaku marah itu adalah ibunya. Kondisi ini

menyebabkan para ibu merasakan tekanan karena perasaan lelah fisik, emosional dan tekanan dari keluarga, tetangga, maupun teman.

Kemampuan ibu yang mempunyai anak tuna grahita dalam menghadapi, mencegah, meminimalkan bahkan menghilangkan dampak-dampak yang merugikan dari kondisi-kondisi yang tidak menyenangkan selama merawat dan mendidik anak tuna grahita menjadi suatu hal yang wajar untuk diatasi inilah yang dinamakan resiliensi. Resiliensi merupakan kekuatan dasar yang menjadi fondasi dari semua karakter positif dalam membangun kekuatan emosional dan psikologikal seseorang. Tanpa adanya resiliensi tidak ada keberanian, ketekunan, tidak ada rasionalitas, dan tidak ada *insight* dalam diri seseorang (Desmita, 2009). Menurut Benard (dalam Desmita, 2009) resiliensi merupakan kemampuan individu untuk dapat bangkit kembali dengan berhasil, meskipun dihadapkan pada risiko yang berat. Resiliensi merupakan kemampuan yang dibawa individu sejak lahir (*innate*) dan berkembang dengan adanya dukungan dari lingkungannya. Resiliensi seseorang dapat dilihat melalui empat aspek *personal strength* yaitu *social competence*, *problem solving*, *autonomy* dan *sense of purpose* (Benard, 2004).

Bagi para ibu yang mempunyai anak tuna grahita di SLB-C “X” Cimahi ini, resiliensi merupakan salah satu kemampuan yang harus dikembangkan agar mereka dapat bangkit kembali dalam menghadapi hambatan dan kondisi yang tidak menyenangkan selama merawat dan membesarkan anak-anaknya seumur hidup. Dengan resiliensi, ibu dari anak tuna grahita mampu memecahkan permasalahan secara rasional, mampu membuat berbagai alternatif atas pemecahan masalah yang dihadapi, mampu menyampaikan pendapat dan argumennya mengenai anak tuna grahita kepada orang lain, mampu berkomunikasi dengan percaya diri, mampu

bangkit secara mandiri dan memiliki motivasi untuk dapat memperbaiki keadaan, serta memiliki harapan akan tujuan dan masa depan yang positif bagi dirinya sendiri.

Dari hasil wawancara awal yang dilakukan oleh peneliti, ibu-ibu ini merasa sedih ketika mengetahui anaknya mengalami tuna grahita, dua diantaranya mengaku hanya mampu menerima keadaan anaknya dan berusaha untuk membesarkan anaknya dengan baik. Sedangkan ibu lainnya sempat merasa terpuruk, cemas dan tidak percaya diri untuk membesarkan anaknya dengan baik. Perasaan sedih, terpuruk, cemas dan tidak percaya diri seperti ini disadari oleh ketiga ibu dari anak tuna grahita untuk segera mereka atasi, agar tidak menghalangi aktivitasnya dalam merawat anak. Namun, kelima ibu ini pun tidak memungkiri bahwa selama membesarkan buah hatinya mereka harus menghadapi banyak hambatan. Hambatan yang dirasakan oleh ketiga ibu yang memiliki anak tuna grahita ini, ada yang berasal dari dalam dirinya sendiri seperti rasa takut akan penolakan dari lingkungan dan mengharapkan anaknya memiliki kemampuan yang sama dengan anak normal pada umumnya. Ada pula hambatan yang berasal dari luar dirinya seperti adanya harapan dari keluarga yang menginginkan anak tuna grahitanya mampu berkomunikasi dengan baik karena anaknya masih bisa mendapatkan pengajaran dan pelatihan di sekolah, tidak seperti anak tuna grahita berat yang secara kognitif maupun mental tidak dapat dilatih dan harus menerima perawatan total.

Hal ini ditunjukkan dalam penelitian Knestric & Kuchey (2009) mengenai pentingnya resiliensi dalam keluarga dengan anak berkebutuhan khusus. Studi ini menemukan bahwa adanya waktu luang dan kemampuan merefleksikan diri adalah kunci untuk membentuk resiliensi. Dengan adanya waktu yang cukup, orangtua dapat merekonstruksi gambaran tentang keluarga, tentang kondisi ketidakmampuan anak dan tentang anak itu sendiri. Studi ini menyimpulkan untuk mengembangkan

resiliensi dilakukan dengan pengembangan ritme dalam keluarga, yaitu pembentukan aturan yang konsisten, ritual dan rutinitas.

Peranan ibu dalam keluarga adalah peranan sentral/pusat. Semua kegiatan, lalu lintas dalam keluarga, berpusat pada diri si ibu, disadari atau tidak disadari (Siregar, 2001). Ketidaksempurnaan dari sang anak dapat berdampak negatif pada orangtua muncul rasa kecewa yang mendalam bercampur sedih, bingung, marah, putus asa, tidak bergairah dan tidak berdaya (Hurlock, 1999). Rasa khawatir akan masa depan anak dalam mengurus diri sendiri menjadi beban pikiran bagi orangtua yang memiliki anak tuna grahita. Bayangan mengenai anak yang tidak optimal perkembangannya, dapat menyebabkan stres dan merupakan hal yang menyakitkan bagi orangtua.

Berdasarkan data yang diperoleh dari wawancara awal dengan para ibu yang memiliki anak tuna grahita ini, terlihat pada umumnya ibu merasakan hambatan yang hampir serupa. Mereka memandang proses yang harus mereka lalui sepanjang kehidupannya untuk mengurus, membesarkan dan mendidik anak tuna grahita seumur hidupnya merupakan kesulitan (*adversity*) yang dirasakan dan tidak dapat dihindari agar dapat membesarkan serta mendidik anak mereka dengan baik. Dalam menghadapi kesulitan-kesulitan serta tantangan yang dirasakan sepanjang kehidupannya inilah, para ibu yang memiliki anak tuna grahita ini juga berupaya mengatasi hambatan yang mereka hadapi, misalnya dengan berbagi cerita kepada sesama ibu yang menyekolahkan anak tuna grahitanya di SLB-C “X” Cimahi untuk dapat saling memberikan dukungan moril dan pemecahan masalah yang umumnya mereka hadapi. Mereka juga berusaha membuat perencanaan bagi masa depan anak mereka, seperti mencari tempat kursus keterampilan yang diharapkan dapat menunjang kemandirian anak mereka di masa depan, dan mereka berupaya



memperdalam keyakinan beragama yang mereka anut agar dapat mengatasi hambatan yang dirasakan dengan lebih ringan. Selain itu, para ibu dari anak tuna grahita juga mengandalkan bantuan serta dukungan moril dari lingkungan sekitarnya.

Kondisi yang menuntut ibu dari anak tuna grahita untuk lebih banyak menghadapi dan mengawasi perilaku yang ditampilkan anak, mengatasi hambatan yang ditemui, mengurus dan membimbing dalam segala aktivitas yang mereka lakukan, serta mendidik anaknya disadari oleh ketiga ibu ini akan berlangsung lama dan terjadi sepanjang kehidupannya. Meskipun mereka tetap berharap suatu saat anak-anaknya mampu mengurus dirinya sendiri di masa depan, namun hal ini akan membutuhkan waktu yang lama dan mereka harus melaluinya. Keadaan yang harus dilalui inilah yang dirasakan cukup berat bagi ibu dan terkadang menimbulkan stres. Suatu keadaan yang dirasakan dapat menimbulkan stres, rasa takut, perasaan rapuh dan mengasingkan diri merupakan kondisi yang dirasakan seseorang sebagai *adversity* (Grotberg, 1999).

Resiliensi merujuk pada kemampuan untuk mengatasi perubahan yang mengganggu secara terus-menerus pada tingkatan yang tinggi melalui cara yang baik, memungkinkan kesehatan dan energi yang baik ketika berada di bawah tekanan, bangkit kembali dari keterpurukan dengan mudah, mampu mengatasi kesulitan-kesulitan (*adversities*), menggunakan cara yang baru dalam melakukan suatu hal dan menjalani hidup ketika cara yang lama tidak tepat lagi, serta melakukan semua ini tanpa melakukan hal yang mengganggu dan berbahaya (Siebert, dalam Aunillah dan Adiyanti, 2015). *Adversity* merupakan sebuah keadaan kesulitan atau penderitaan, kemalangan, atau sebuah musibah yang dialami (thefreedictionary.com). Jadi kemampuan menjalani kesulitan-kesulitan hidup (*adversity*) ini merupakan

kekuatan yang menjadi pendorong seseorang dalam menghadapi tekanan, dalam hal ini adalah tekanan yang dialami ibu yang memiliki anak tuna grahita.

Kesulitan-kesulitan atau keadaan menekan yang dialami ibu dengan anak tuna grahita membawa seorang ibu dalam keadaan *stressful*. Untuk dapat beradaptasi pada situasi menekan tepatnya saat membesarkan anak tuna grahita, disaat harus menjalankan perannya sebagai istri dan ibu dari anak-anaknya, maka ibu yang memiliki anak tuna grahita perlu memiliki resiliensi.

Kondisi yang menuntut ibu dari anak tuna grahita untuk lebih banyak menghadapi dan mengawasi perilaku yang ditampilkan anak, mengatasi hambatan yang ditemui, mengurus dan membimbing dalam segala aktivitas yang mereka lakukan, serta mendidik anaknya disadari oleh ketiga ibu ini akan berlangsung lama dan terjadi sepanjang kehidupannya. Meskipun mereka tetap berharap suatu saat anak-anaknya mampu mengurus dirinya sendiri di masa depan, namun hal ini akan membutuhkan waktu yang lama dan mereka harus melaluinya. Keadaan yang harus dilalui inilah yang dirasakan cukup berat bagi ibu dan terkadang menimbulkan stres.

Menurut Lazarus (1984), stres merupakan suatu bentuk interaksi antara individu dengan lingkungannya yang dirasa sebagai sesuatu yang membebani atau melampaui kemampuan yang dimiliki, serta mengancam kesejahteraan diri. Secara mendasar, stres dapat diartikan sebagai reaksi fisik dan psikis yang bersifat individual terhadap tuntutan yang mencapai atau melebihi kemampuan individu. Kegagalan seorang ibu dalam mengurus serta membimbing anaknya dapat menjadi *stressor* dan mengancam kesejahteraan diri ibu tersebut. Berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Lazarus (1984) pula, apabila derajat stres meningkat maka individu akan merasa tidak nyaman dengan kehidupannya dan dapat mengakibatkan gangguan fisik, gangguan psikologi, dan gangguan tingkah laku.



Gejala-gejala stres yang dialami seseorang dapat terlihat dari perilaku, emosi, kognitif dan fisik (Vlisides, Eddy dan Mozie, dalam Mumtahinah, 2008). Gejala perilaku seperti menghindar, menarik diri dari teman dan keluarga, kehilangan tenaga dan nafsu makan, atau penurunan produktivitas. Gejala emosi seperti kecemasan, ketakutan, dan cepat marah. Gejala kognitif seperti kehilangan motivasi dan konsentrasi, kehilangan ingatan, kesalahan persepsi, kebingungan, kemampuan membuat keputusan yang melemah dan kehilangan harapan. Gejala fisik seperti keadaan fisik yang lemah, kepala pusing, gemetar, dan kekejangan. Ibu yang memiliki anak tuna grahita memiliki gejala bervariasi di antara empat jenis gejala tersebut seperti dalam perbincangan antara peneliti dengan ibu-ibu yang memiliki anak tuna grahita di SLB C “X” Cimahi sebagai wawancara awal untuk penelitian ini.

Pada saat dilakukannya wawancara awal ibu-ibu ini menceritakan mengenai perasaan kecewa, sedih dan marah ketika pada awalnya mengetahui anaknya mengalami tuna grahita. Hal yang dikuatirkan adalah masa depan anaknya kelak ketika dewasa, kekhawatiran mengenai kemandirian anak dan kemampuan anak untuk menghidupi diri sendiri kelak ketika dewasa. Kekhawatiran berikutnya adalah mengenai biaya yang besar dalam mengasuh anak tuna grahita. Perhatian khusus dan perawatan khusus untuk anak grahita dirasakan ibu-ibu tersebut sebagai suatu tekanan yang berakibat mulai dari kelelahan karena kewalahan mengurus anak, hingga problem kesehatan, seperti gangguan menstruasi dan pendarahan, ASI menjadi berhenti produksi, dan problem kesehatan lainnya pernah dialami ibu-ibu tersebut serta ibu-ibu juga mengalami kesulitan dalam berkonsentrasi dan tak jarang melamun.

Hubungan antara resiliensi dan stres dapat dinyatakan bahwa Ibu yang mempunyai anak tuna grahita di tingkat sekolah dasar di SLB C “X” Cimahi

menunjukkan hubungan yang kuat antara resiliensi dengan stres. Hal itu menunjukkan bahwa resiliensi memengaruhi stres pada ibu dalam menghadapi perubahan yang ada. Individu yang memiliki resiliensi tinggi akan mampu beradaptasi dengan perubahan yang terjadi sehingga stres yang timbul akan rendah dan sebaliknya.

Oleh sebab kemampuan menjalani kesulitan-kesulitan yang dialami ibu dengan anak tuna grahita tersebut, maka dapat dikatakan bahwa ibu dengan anak tuna grahita memiliki resiliensi. Ibu dengan anak tuna grahita yang memiliki derajat resiliensi yang baik akan mampu menghadapi stres dengan kata lain, ibu dengan resiliensi tinggi akan memiliki tingkat stres yang rendah.

Hasil pendapat ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Febrianti (2013) pada Hubungan Antara Resiliensi Dengan Stres Pada Pasien Penyakit Kronis Di Rumah Sakit Advent Bandung yang menjelaskan bahwa semakin tinggi tingkat resiliensi individu maka stres yang dialami akan semakin rendah. Oleh karena itu ibu yang memiliki resiliensi tinggi akan dapat mencegah terjadinya stres yang disebabkan dengan adanya perubahan-perubahan yang terjadi.

Individu dengan resiliensi tinggi akan mampu keluar dari masalah dengan cepat dan tidak merasa terbebani dengan perasaan sebagai korban lingkungan atau keadaan dan mampu mengambil keputusan saat berada dalam situasi sulit. Individu yang memiliki resiliensi tinggi mampu mempertahankan perasaan positif, optimis, pemahaman akan kontrol diri, dan keyakinan diri berhubungan dengan usaha pemecahan masalah secara aktif yang memungkinkan individu untuk berhati-hati atau mengimbangi peristiwa yang menekan untuk menghindari akibat yang akan terjadi. Kemampuan-kemampuan tersebut akan mampu untuk menanggulangi dan

meminimalkan secara aktif dan proaktif terhadap pengaruh psikologis yang menyebabkan stres (Uyun, 2012:14)

Berdasarkan uraian yang telah dijelaskan, hal tersebut menarik perhatian peneliti untuk melakukan studi mengenai hubungan antara resiliensi dan stres pada Ibu yang mempunyai anak tuna grahita di tingkat sekolah dasar di SLB C “X” Cimahi.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Masalah yang muncul berkaitan dengan latar belakang yang telah diuraikan sebelumnya dapat diidentifikasi sebagai berikut:

Apakah resiliensi yang dimiliki ibu dengan anak tuna grahita di SLB C “X” Cimahi berhubungan dengan stres yang dialami ibu tersebut.

## **1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Maksud Penelitian**

Penelitian ini diadakan dengan maksud mengungkap seberapa besar tingkat resiliensi dan hubungannya dengan tingkat stress ibu dengan anak tuna grahita di SLB C “X” Cimahi.

### **1.3.2 Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan dari penelitian ini ialah untuk mengetahui hubungan antara resiliensi dan stres, dimana tingkat resiliensi yang tinggi diasumsikan berhubungan dengan stres yang rendah pada Ibu yang mempunyai anak tuna grahita di tingkat sekolah dasar di SLB C “X” Cimahi.

## **1.4 Kegunaan Penelitian**

### **1.4.1 Kegunaan Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi informasi tambahan bagi:

- Ilmu Psikologi khususnya di bidang Klinis mengenai Hubungan antara Resiliensi dan Stres pada Ibu yang mempunyai anak tuna grahita di Tingkat Sekolah Dasar.
- Sebagai sumber referensi bagi peneliti lain dalam upaya mengembangkan bidang ilmu Psikologi khususnya Psikologi Klinis terutama berkaitan dengan topik hubungan Resiliensi dengan stres.

### **1.4.2 Kegunaan Praktis**

- Memberikan pengetahuan kepada ibu dan keluarga dari anak-anak tunagrahita, mengenai resiliensi yang terdapat dalam dirinya, yang dapat mempengaruhi kemampuan mereka dalam menghadapi kondisi yang tidak menyenangkan atau stres.
- Manfaat lainnya yaitu dengan mengetahui hubungan antara resiliensi dan stres ibu, dapat dilakukan upaya-upaya untuk meningkatkan aspek yang kurang seimbang pada ibu dengan anak tuna grahita dalam menjalani kehidupan selanjutnya.
- Memberikan informasi kepada para pendidik tunagrahita di SLB “X” Cimahi mengenai hubungan resiliensi dengan stres pada ibu yang mempunyai anak tuna grahita.

## **1.5 Kerangka Pemikiran**

Anak tuna grahita atau anak terbelakang mental merupakan anak yang memiliki fungsi intelektual di bawah rata-rata secara jelas dengan disertai

ketidakmampuan dalam penyesuaian perilaku dan terjadi pada masa perkembangan (Kauffman dan Hallahan, 1986 dalam Somantri 2007). Selain mengalami keterbatasan dalam perkembangan intelegensinya, anak tuna grahita juga memiliki keterbatasan dalam interaksi sosial, keterbatasan dalam penguasaan bahasa, kesulitan dalam mengurus diri sendiri dan kurang mampu untuk mempertimbangkan sesuatu. Keterbatasan-keterbatasan yang dimiliki oleh anak tunagrahita inilah yang mengakibatkan ketergantungan secara fisik maupun psikologis pada orangtua, sehingga orangtua menanggung beban yang sangat berat.

Ketidaksempurnaan dari sang anak yang mengalami tuna grahita dapat berdampak negatif pada orangtua seperti muncul rasa kecewa yang mendalam bercampur sedih, bingung, marah, putus asa, tidak bergairah dan tidak berdaya (Hurlock, 1999). Ketika seorang ibu pertama kali menyadari bahwa anaknya tidak normal seperti anak lainnya. Perasaan dan tingkah laku ibu itu berbeda-beda seperti; perasaan melindungi anak secara berlebihan, perasaan bersalah melahirkan anak berkelainan, kehilangan kepercayaan memiliki anak normal, terkejut dan kehilangan kepercayaan diri, mereka bingung dan malu (Somantri, Sutjihati, 2006 : 103-119).

Untuk dapat membesarkan dan mendidik anak tuna grahita perlu memiliki kemampuan untuk menyesuaikan diri secara positif dan berfungsi secara baik ditengah situasi yang menekan serta banyaknya halangan maupun rintangan, kemampuan seperti inilah yang disebut dengan resiliensi (Benard, 2004). Dalam hal ini proses membesarkan dan mendidik anak tuna grahita dinilai sebagai situasi yang sulit (*adversity*).

Kemampuan untuk bertahan hidup atau daya lentur terhadap situasi atau kondisi yang mengancam seperti penyakit, kehilangan pasangan, bencana ataupun musibah disebut sebagai resiliensi (Prasetyo dan Kustanti, 2014). Resiliensi

merupakan kemampuan individu untuk dapat beradaptasi dengan baik dan mampu berfungsi secara baik walaupun ditengah situasi yang menekan atau banyak halangan dan rintangan. Resiliensi adalah kemampuan seseorang untuk bangkit kembali dari tekanan hidup, belajar mencari elemen positif dari lingkungan untuk membantu kesuksesan proses adaptasi dengan segala keadaan dan mengembangkan seluruh kemampuannya walaupun berada dalam kondisi hidup tertekan baik secara eksternal maupun internal (Handerson dan Milstein, 203 dalam Benard).

Derajat resiliensi pada Ibu yang mempunyai anak tuna grahita di tingkat sekolah dasar di SLB C “X” Cimahi dapat dilihat dari aspek-aspek tertentu serta dapat diukur yang ada didalam *personal strength*. *Personal strength* adalah karakteristik individual yang dihubungkan dengan perkembangan yang sehat, keberhasilan yang sehat dan keberhasilan hidup *personal strength* tersebut dapat menimbulkan resiliensi, yang termasuk dalam *personal strength* adalah *social competence*, *problem solving skills*, *autonomy* dan *sense of purpose* (Benard, 2004).

*Social competence*, merupakan kemampuan sosial yang mencakup karakteristik, kemampuan dan tingkah laku yang diperlukan untuk membangun suatu relasi dan keadaan yang positif terhadap orang lain. *Social competence* terdiri dari *responsiveness*, *communication*, *emphaty and caring*, *compassion*, *altruism*, dan *forgiveness*. (Bonnie Benard, 2004).

*Responsiveness* yaitu kemampuan untuk menimbulkan respon positif dari orang lain (Bonnie Benard, 2004), Ibu yang mempunyai anak tuna grahita di tingkat sekolah dasar di SLB C “X” Cimahi tersebut akan secara aktif menjalin relasi dengan orang disekitar mereka seperti keluarga, saudara, teman, untuk mendapatkan dukungan bagi dirinya dalam menghadapi keadaan yang tertekan, misalnya dengan ia menceritakan keadaan saat ini, Ibu yang mempunyai anak tuna grahita di tingkat



sekolah dasar di SLB C “X” Cimahi meresponnya dengan positif yaitu memberi dukungan kepada sesama Ibu yang mempunyai anak tuna grahita taraf di tingkat sekolah dasar di SLB C “X” Cimahi untuk terus bersemangat menjalani kehidupan sehari-harinya. Seiring dengan waktu, realasi tersebut bertambah dalam dan mereka memiliki kemampuan membangun dan mempertahankan relasi yang menyenangkan.

*Communication* yaitu dengan komunikasi sosial membuat terjadinya hubungan interpersonal dan relasi sosial (Bonnie Benard, 2004). Hal ini nampak pada saat Ibu yang mempunyai anak tuna grahita di tingkat sekolah dasar di SLB C “X” Cimahi tersebut memberikan suatu masukan mengenai perkembangan dan pendidikan anak pada sesama Ibu yang mempunyai anak tuna grahita di tingkat sekolah dasar di SLB C “X” Cimahi dan saling memotivasi mereka, dilain pihak Ibu yang mempunyai anak tuna grahita taraf ringan di tingkat sekolah dasar di SLB C “X” Cimahi juga mampu mengekspresikan rasa kecewa, kesedihan, dan lain-lain tanpa menyinggung perasaan orang lain.

*Emphaty and caring* yaitu kemampuan mengetahui bagaimana perasaan orang lain dan mengerti pandangan orang lain, hal ini nampak pada Ibu yang mempunyai anak tuna grahita di tingkat sekolah dasar di SLB C “X” Cimahi yaitu pada saat salah satu dari mereka memiliki masalah pribadi yaitu masalah keluarga, para ibu disana akan mencoba menanyakan masalah apa yang dihadapinya dan menawarkan bantuan kepada ibu yang memiliki masalah tersebut.

*Compassion, altruism, dan forgiveness*, dimana *compassion* adalah keinginan untuk peduli dan mau membantu mengurangi kesulitan atau kesengsaraan orang lain, hal ini tampak saat Ibu yang mempunyai anak tuna grahita di tingkat sekolah dasar di SLB C “X” Cimahi membantu sesama ibu yang memiliki anak tunagrahita, dengan memberi semangat agar tetap bertahan dalam menyelesaikan setiap masalah yang

dihadapi. *Altruism* adalah membantu memenuhi kebutuhan orang lain sesuai dengan apa yang orang lain butuhkan dan perasaan yang mementingkan kebutuhan orang lain dibandingkan kebutuhan pribadinya. Hal ini terlihat pada saat Ibu yang mempunyai anak tuna grahita di tingkat sekolah dasar di SLB C “X” Cimahi, dimana mereka saling membantu pada saat mengalami kesulitan dalam menghadapi emosi anaknya yang tidak stabil dan bantuan yang diberikan oleh ibu lain yang diseuaikan dengan masalah yang dihadapi, dikarenakan kesulitan yang dihadapi itu adalah kesulitan yang pernah dialami semua ibu yang memiliki anak tunagrahita. *Forgiveness* adalah kemampuan untuk memaafkan baik diri sendiri dan orang lain, dimana Ibu yang mempunyai anak tuna grahita di tingkat sekolah dasar di SLB C “X” Cimahi dapat memaafkan orang lain yang disekitarnya yang memandang rendah anaknya dan mampu memaafkan dirinya karena rasa bersalah yang dihadapi seorang ibu yang memiliki anak tunagrahita karena telah melahirkan anak yang kurang sempurna (Bonnie Benard, 2004).

*Problem solving skills* dibangun oleh beberapa kemampuan, yaitu *planning*, *flexibility*, *resourcefulness*, dan *insight* (Bonnie Benard, 2004). Kemampuan merencanakan yang baik dalam diri Ibu yang mempunyai anak tuna grahita di tingkat sekolah dasar di SLB C “X” Cimahi, yaitu merencanakan masa depan anaknya, dimana ibu memikirkan bagaimana caranya agar disaat masa dewasanya anaknya nanti, mereka dapat menghidupi diri mereka sendiri, yaitu dengan cara mengajarkan keterampilan pada anak-anaknya.

*Flexibility* yaitu mempunyai kemampuan melihat alternatif dan berusaha mencari solusi alternatif baik masalah kognitif maupun masalah sosial, termasuk didalamnya kemampuan untuk mencari jalan lain dan tidak terpaku pada satu jalan saja jika mendapatkan masalah (Bonnie Benard, 2004), dimana hal ini membantu Ibu

yang mempunyai anak tuna grahita di tingkat sekolah dasar di SLB C “X” Cimahi untuk mengatasi stres dan tantangan.

*Resourcefulness* adalah merupakan kemampuan mempertahankan diri, melibatkan sumber daya eksternal dan sekumpulan sumber dukungan, kemampuan ini merupakan kemampuan mencari bantuan. Namun demikian kemampuan ini harus diikuti oleh inisiatif agar kesempatan dan dukungan tercapai (Bonnie Benard, 2004). Ibu yang mempunyai anak tuna grahita di tingkat sekolah dasar di SLB C “X” Cimahi memiliki kemampuan mempertahankan diri, melihat sumber daya eksternal yang disebut juga *resourcefulness*, seperti meminta bantuan teman yaitu Ibu yang mempunyai anak tuna grahita di tingkat sekolah dasar di SLB C “X” Cimahi saat mereka memiliki masalah yang tidak dapat mereka selesaikan sendiri.

*Autonomy* mencakup yang pertama adalah *positive identity* maksudnya suatu identitas positif yang kuat diasosiasikan dengan *self esteem* yang tinggi, komitmen yang kuat, serta rasa percaya diri. Identitas diri yang positif sering disinonimkan *self evaluation* atau *self esteem* yang positif (Bonnie Benard, 2004). Ibu yang mempunyai anak tuna grahita di tingkat sekolah dasar di SLB C “X” Cimahi yang memiliki *positive identity* maka ia juga memiliki *self esteem* yang tinggi sehingga meskipun dirinya sedang berada dalam masalah namun ia tetap yakin bahwa dirinya dapat mengatasi semua tekanan yang ada di lingkungannya. Ibu yang mempunyai anak tuna grahita di tingkat sekolah dasar di SLB C “X” Cimahi memiliki rasa percaya diri walaupun memiliki anak yang keterbatasan.

*Internal locus of control and initiative*, dimana *internal locus of control* diasosiasikan dengan kebiasaan sehat yang lebih baik dan rendahnya jumlah penyakit. *Initiative*, digambarkan oleh Larson sebagai “kemampuan untuk menjadi termotivasi dalam mengarahkan perhatian dan usaha untuk mencapai goal yang

matang”. Ibu yang mempunyai anak tuna grahita di tingkat sekolah dasar di SLB C “X” Cimahi memiliki kemampuan untuk memusatkan perhatian dan memiliki motivasi untuk menuju goal yang ingin dicapai yaitu menginginkan anaknya agar menjadi seorang yang memiliki kelebihan dalam suatu keterampilan tertentu yang akan menjadi bekal untuk masa depan anaknya atau dalam hal ini yang disebut dengan *locus of control*.

*Self-efficacy and mastery*, dimana *self-efficacy* adalah penting bagi perubahan dan pemeliharaan yang sukses dalam setiap tingkah laku yang penting bagi kesehatan, juga memainkan peran utama dalam hal pendidikan, terutama dalam bidang motivasi dan prestasi. *Mastery* yang mengacu pada perasaan kompeten atau mengalami perasaan dalam melakukan sesuatu secara benar (Bonnie Benard, 2004). Ibu yang mempunyai anak tuna grahita di tingkat sekolah dasar di SLB C “X” Cimahi memiliki keyakinan bahwa ia mampu untuk bangkit kembali dari perasaan sedihnya saat mengetahui putra atau putrinya berbeda dengan anak lain, dan setelah anak tumbuh dewasa dan bersekolah di SLB C “X” Cimahi para ibu berusaha melatih anaknya belajar di rumah baik itu dalam hal akademik maupun keterampilan. Selain itu mereka juga selalu menjaga kesehatan anaknya dan menjaga agar anaknya jangan sampai jatuh sakit.

*Adaptive distance and resistance*, dimana *adaptive distancing* melibatkan secara emosional dalam melepaskan diri dari disfungsi keluarga, sekolah, dan komunitas, menyadari bahwa ia bukanlah penyebab dan tidak bisa mengendalikan disfungsi tersebut. *Resistance* adalah suatu wujud penolakan untuk menerima pesan-pesan negatif mengenai diri, *gender*, atau budaya (Bonnie Benard, 2004). Jadi Ibu yang mempunyai anak tuna grahita di tingkat sekolah dasar di SLB C “X” Cimahi mampu mengambil jarak secara emosional dengan pengaruh buruk dari orang lain

seperti penilaian negatif terhadap anaknya, sehingga ia tidak terpengaruh dan bahkan berkeyakinan bahwa masa depan anaknya akan baik meskipun ada pandangan negatif dari lingkungannya. Sehingga walaupun masyarakat memandang anaknya dengan negatif serta banyak yang mengolok-olok putra putrinya, namun para ibu yakin bahwa anaknya juga dapat berguna bagi masyarakat sekitarnya.

*Self-awareness and mindfulness*, *Self-awareness* adalah sumber yang paling kritis bagi kecerdasan emosional, meliputi observasi terhadap pemikiran, perasaan, atribusi dan gaya memberikan penjelasan pada diri seseorang, seperti halnya memperhatikan suasana hati, kekuatan, dan kebutuhan seseorang, tanpa tertangkap emosi (Bonnie Benard, 2004). Jadi ketika Ibu yang mempunyai anak tuna grahita di tingkat sekolah dasar di SLB C “X” Cimahi berada dalam suatu tekanan, ia menyadari suasana hati, kekuatan dan kelemahan dirinya tanpa menjadi emosional. Anak tuna grahita memiliki emosi yang kurang dapat dikontrol, jadi jika ia menginginkan sesuatu dan tidak diberikan, ia biasanya akan tantrum dimana saja bahkan yang paling ekstrim ia akan kabur, dan hal ini dialami hampir semua ibu, biasanya jika demikian ibunya menjaga emosinya agar tidak meledak dan berusaha membujuk si anak.

*Humor* yaitu kemampuan untuk mengubah kemarahan dan kesedihan yang dilihat dari sudut pandang positif sehingga ia mampu mengambil jarak dari kepedihan dan kesulitan yang dialaminya, maka ia dapat melihat kepedihan dan kesedihan tersebut dengan *sense of humor*. *Humor* membantu seseorang mengubah kemarahan dan kesedihan menjadi gelak tawa, dan membantu seseorang untuk jauh dari penderitaan (Bonnie Benard, 2004). Seperti yang dialami oleh para Ibu yang mempunyai anak tuna grahita di tingkat sekolah dasar di SLB C “X” Cimahi, permasalahan anak sehari-hari menjadi bahan pembicaraan para ibu saat berkumpul

dan permasalahan tersebut menjadi bahan tertawaan para ibu, dengan memandang suka duka yang dialami dalam mendidik anak dengan *sense of humor*.

*Sense of purpose*, fokus terhadap masa depan yang positif dan kuat secara konsisten telah diidentifikasi dengan sukses akademis, identitas diri yang positif, dan sedikitnya tingkah laku yang beresiko terhadap kesehatan. Kategori ini memiliki tingkatan yaitu arah *goal*, kreativitas, *sense of meaning* dan koherensi-belief yang dalam, bahwa hidup seseorang memiliki makna dan ia memiliki tempat di alam semesta ini. *Sense of purpose* dibangun oleh berbagai kemampuan yaitu *Goal direction, achievement motivation, and educational aspiration, special interest, creativity, imagination, optimism and hope, faith, spirituality and sense of meaning*. (Bonnie Benard, 2004).

*Goal direction, achievement motivation, and educational aspiration*, arah goal bersinonim dengan kemampuan berencana. Motivasi berprestasi adalah salah satu faktor kunci yang berpengaruh terhadap tingkah laku dan perbuatan. Motivasi prestasi juga berkaitan dengan kesehatan mental yang baik, keterampilan berkomunikasi, dan rendahnya perilaku-perilaku bermasalah (Bonnie Benard, 2004). Salah satu tujuan yang ingin dicapai Ibu yang mempunyai anak tuna grahita di tingkat sekolah dasar di SLB C "X" Cimahi adalah agar anaknya dapat memiliki keterampilan yang setidaknya anaknya bisa mengurus dirinya sendiri, dapat mengerjakan pekerjaan rumah yang ringan, dan kehadiran anaknya dapat diterima oleh lingkungan masyarakat, maka dibutuhkan juga motivasi yang terus bertahan dalam dirinya. Dengan adanya motivasi di dalam diri mereka untuk menambah pengetahuan bagaimana mendidik anak tunagrahita dengan baik dan selain itu juga motivasi akan terus bertahan jika didorong oleh keinginan untuk menjadi lebih baik dari kondisi sebelumnya.



*Special interest, creativity and imagination.* Mempunyai minat dan kegemaran-kegemaran khusus dapat mengalihkan perhatian mereka dan memberi mereka suatu *sense of task mastery*. *Imagination* menyediakan suatu saluran menuju masa depan yang positif bagi anak-anak yang tinggal didalam lingkungan yang *stressfull* (Robin, 1996 dalam Benard 2004). Memiliki minat khusus dan mampu menggunakan kreativitas atau imajinasi dapat menghasilkan aktualisasi diri, pengalaman-pengalaman yang optimal. Ibu yang mempunyai anak tuna grahita di tingkat sekolah dasar di SLB C “X” Cimahi mempunyai minat dan kegemaran-kegemaran khusus yang biasanya dilakukan sama-sama seperti menyempatkan diri untuk bertamasya bersama ke tempat wisata.

Ketika *optimism and hope* masing-masing mencerminkan pendirian akan motivasi yang positif dan harapan-harapan akan masa depan, *optimism* sering terkait dengan emosi dan perasaan yang positif (Bonnie Benard, 2004). Dengan *optimism and hope* yaitu Ibu yang mempunyai anak tuna grahita di tingkat sekolah dasar di SLB C “X” Cimahi memiliki keyakinan dan harapan yang positif tentang masa depan anaknya.

*Faith, spirituality and sense of meaning.* Individu yang memiliki resiliensi yang tinggi, memperoleh kekuatan dari agama, serta manfaat lain dari keyakinan atau spiritualitas yang lebih umum, dan mencapai rasa akan stabilitas dengan menemukan jawaban dari pertanyaan-pertanyaan mengenai *sense of purpose* dan nilai diri mereka (Bonnie Benard, 2004). Ibu yang mempunyai anak tuna grahita di tingkat sekolah dasar di SLB C “X” Cimahi dianugrahi seorang anak tuna grahita tidak membuat dirinya amarah akan keadaan tersebut, mereka menerima hal tersebut dengan lapang dada dengan keyakinan agama tertentu (*spirituality*) membuat mereka memberi makna dalam hidup ini yaitu bahwa anak adalah sebuah titipan dan masalah

kekurangan yang dimiliki anak membuat para ibu yakin bahwa Tuhan memiliki suatu rencana lain yang berharga yang mereka tidak tahu.

Tingkatan stres yang dialami seorang individu salah satunya dipengaruhi oleh kemampuan resiliensi pada individu tersebut. Individu yang berada dalam situasi yang penuh tekanan, seperti ibu yang memiliki anak tuna grahita cenderung beresiko mengalami kondisi emosional yang negatif seperti cemas, stres atau bahkan depresi. Reaksi tersebut sesungguhnya muncul karena mereka berusaha untuk beradaptasi. Resiliensi membantu individu beradaptasi dengan situasi yang menekan tersebut.

Kondisi tersebut merupakan reaksi orangtua pada anak tuna grahita, terutama ibu, yang mengasuh dan mengurus anak tuna grahita sehari-hari. Seorang ibu merupakan sosok paling dekat terhadap anak karena berhubungan langsung dengan kelahiran si anak. Konsekuensinya, anak tuna grahita ini membutuhkan pengawasan dan perhatian lebih besar dari ibu mereka. Hal ini memerlukan waktu, usaha, tenaga dan dana yang tidak sedikit. Ketika mengetahui anak mereka tidak akan melalui perkembangan layaknya orang normal akan menjadi *stressor* bagi ibu dari anak tunagrahita.

Tekanan-tekanan yang dihadapi ibu dengan anak tuna grahita menimbulkan stress. Stres merupakan suatu bentuk interaksi antara individu dengan lingkungannya yang dirasa sebagai sesuatu yang membebani atau melampaui kemampuan yang dimiliki, serta mengancam kesejahteraan diri (Lazarus, 1984). Kegagalan seorang ibu dalam mengurus serta membimbing anaknya dapat menjadi *stressor* dan mengancam kesejahteraan diri ibu tersebut. Berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Lazarus (1984) pula, apabila derajat stres meningkat maka individu akan merasa tidak nyaman dengan kehidupannya dan dapat mengakibatkan gangguan fisik, gangguan psikologi, dan gangguan tingkah laku (Lazarus, 1984).

Saat terjadi stres terdapat dua hal yang saling berkaitan, yaitu sumber stres (*stressor*) dan individu yang mengalami stres (*the stressed*). Hubungan antara individu dengan sumber stres tergantung bagaimana individu menilai sumber stres, apakah sumber stres merupakan suatu yang mengancam atau tidak. Penilaian ini disebut juga sebagai penilaian kognitif (*cognitive appraisal*) (Lazarus, 1984).

Dalam melaksanakan tugas, kewajiban, dan tanggung jawab seorang Ibu yang mempunyai anak tuna grahita di tingkat sekolah dasar di SLB C “X” Cimahi akan melakukan penilaian kognitif yang menentukan apakah ada ketidakseimbangan antara tuntutan yang ada dengan kemampuan yang dimiliki olehnya. Hal ini yang akan menentukan apakah ibu tersebut mengalami tekanan atau tidak. Penilaian ini juga membedakan penghayatan Ibu yang mempunyai anak tuna grahita di tingkat sekolah dasar di SLB C “X” Cimahi terhadap kondisi stres walaupun *stressor* yang dihadapi adalah sama. Ada yang merasa terganggu dengan kondisi ini namun yang lain tidak merasa demikian. Apabila hal ini dikaitkan dengan para ibu yang memiliki anak tunagrahita taraf, maka hal ini akan menimbulkan stres apabila dianggap sebagai peristiwa mengejutkan. Selanjutnya penilaian ini juga akan mempengaruhi ibu untuk mengulangi stresnya, sehingga tindakan yang dilakukan untuk menanggulangi stresnya juga akan berbeda-beda antara satu ibu dengan ibu yang lainnya. Penilaian memiliki beberapa tahap, yaitu proses penilaian primer (*primary appraisal*), proses penilaian sekunder (*secondary appraisal*), dan penilaian kembali (*reappraisal*).

Pada penilaian primer, Ibu yang mempunyai anak tuna grahita di tingkat sekolah dasar di SLB C “X” Cimahi mengevaluasi apakah tuntutan yang diterima relevan atau tidak dengan keadaan dirinya, atau apakah hal itu dirasakan sebagai hal yang mengancam dirinya atau tidak. Folkman (1984) mengatakan bahwa individu akan mengalami tekanan emosi apabila situasi yang dihadapi dirasakan mengancam

dirinya atau apabila tuntutan yang disarankan melebihi kemampuan yang dimiliki (Lazarus, 1984). Apabila pada penilaian primer Ibu yang mempunyai anak tuna grahita di tingkat sekolah dasar di SLB C “X” Cimahi menganggap situasi yang dihadapinya mengancam dan melebihi kemampuan yang dimilikinya maka ibu akan mengalami stres yang ditunjukkan dengan gejala-gejala pusing, lelah, takut, sulit konsentrasi, mudah jenuh, selanjutnya ibu akan melakukan penilaian sekunder.

Pada penilaian sekunder Ibu yang mempunyai anak tuna grahita di tingkat sekolah dasar di SLB C “X” Cimahi akan mengevaluasi seberapa besar sumber daya dirinya, apakah cukup memiliki kemampuan untuk menghadapi tuntutan yang diterima selama masa hidupnya. Pada tahap ini ibu mencoba lebih memahami potensi-potensi yang ada dalam dirinya baik fisik, psikis, sosial dan material. Apabila dalam tahap penilaian sekunder ini, Ibu yang mempunyai anak tuna grahita di tingkat sekolah dasar di SLB C “X” Cimahi merasa bahwa mereka tidak memiliki sumber daya dalam diri yang cukup dalam mengasuh anaknya maka derajat stres ibu akan meningkat.

Faktor-faktor penting yang berkaitan dengan Ibu yang mempunyai anak tuna grahita di tingkat sekolah dasar di SLB C “X” Cimahi dan dapat mempengaruhi penilaian terhadap situasi yaitu *commitments*. Komitmen merupakan suatu pengungkapan mengenai hal apa yang penting bagi individu, dalam hal tersebut mendasari pilihan-pilihan yang akan dibuat oleh individu yang bersangkutan (Lazarus dan Folkman, 1984). Menurut Wrubet (1981, dalam Lazarus dan Folkman, 1984), komitmen dapat mempengaruhi proses penilaian (*appraisal*) melalui beberapa mekanisme antara lain komitmen Ibu yang mempunyai anak tuna grahita di tingkat sekolah dasar di SLB C “X” Cimahi menuju atau menjauhi situasi yang dapat mengancam atau menantang, menguntungkan atau membahayakan, komitmen

mempengaruhi cara penilaian melalui cara pembentukan “*cuesensitivity*”, komitmen mempengaruhi penilaian melalui kaitannya dengan kerawanan psikologis (*psychological vulnerability*).

Semakin kuat Ibu yang mempunyai anak tuna grahita di tingkat sekolah dasar di SLB C “X” Cimahi memegang komitmennya maka makin besar ancaman atau bahaya yang akan diterimanya. *Belief* (keyakinan) faktor lain yang dapat mempengaruhi penilaian yang berkaitan dengan diri individu adalah *belief*. *Belief* merupakan suatu konfigurasi kognitif yang dibentuk secara personal atau dibagi secara kultur (Wrubert, 1981; dalam Lazarus dan Folkman, 1984). *Belief* menentukan bagaimana seseorang mengevaluasi apa yang sedang dan akan terjadi.

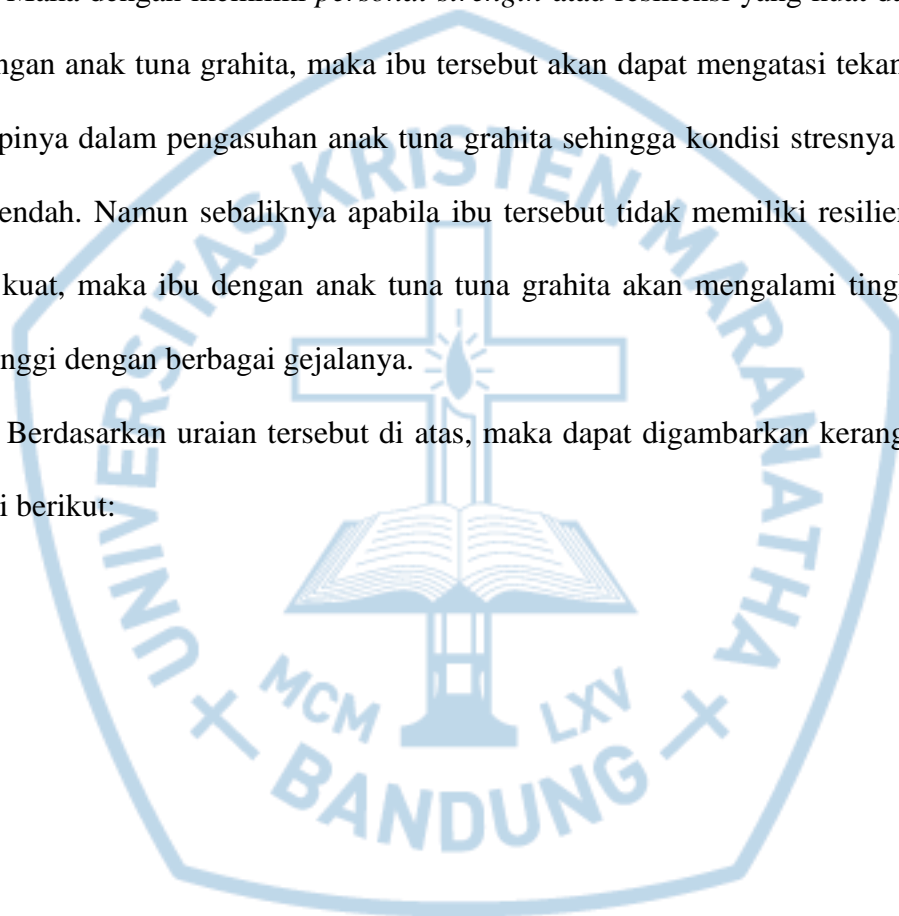
Lazarus dan Folkman (1984) berpendapat bahwa dua kategori *belief* yang bersangkutan paut dengan penilaian (*appraisal*), yaitu : personal control *belief*, yaitu perasaan akan kepercayaan (*confidence*) dan kemampuan menguasai (*mastery*) atas semua hal. Pada *belief* ini Ibu yang mempunyai anak tuna grahita di tingkat sekolah dasar di SLB C “X” Cimahi akan merasa yakin diri terhadap kekuatan/*power* yang dimilikinya untuk menguasai situasi lingkungan. *Eksistensial control belief*, yaitu suatu bentuk *general belief* (keyakinan umum) yang membantu Ibu yang mempunyai anak tuna grahita di tingkat sekolah dasar di SLB C “X” Cimahi untuk dapat menciptakan makna dari kehidupan serta mempertahankan harapannya. *Belief* ini menyangkut beberapa keyakinan seperti keyakinan akan takdir Tuhan serta keyakinan hukum terhadap adanya suatu hukum yang telah mengatur alam semesta yang kita tinggali ini.

Penilaian primer dan penilaian sekunder lebih didasarkan pada penilaian subjektif Ibu yang mempunyai anak tuna grahita di tingkat sekolah dasar di SLB C “X” Cimahi terhadap dirinya dan terhadap situasi yang dihadapinya. Hasil dari

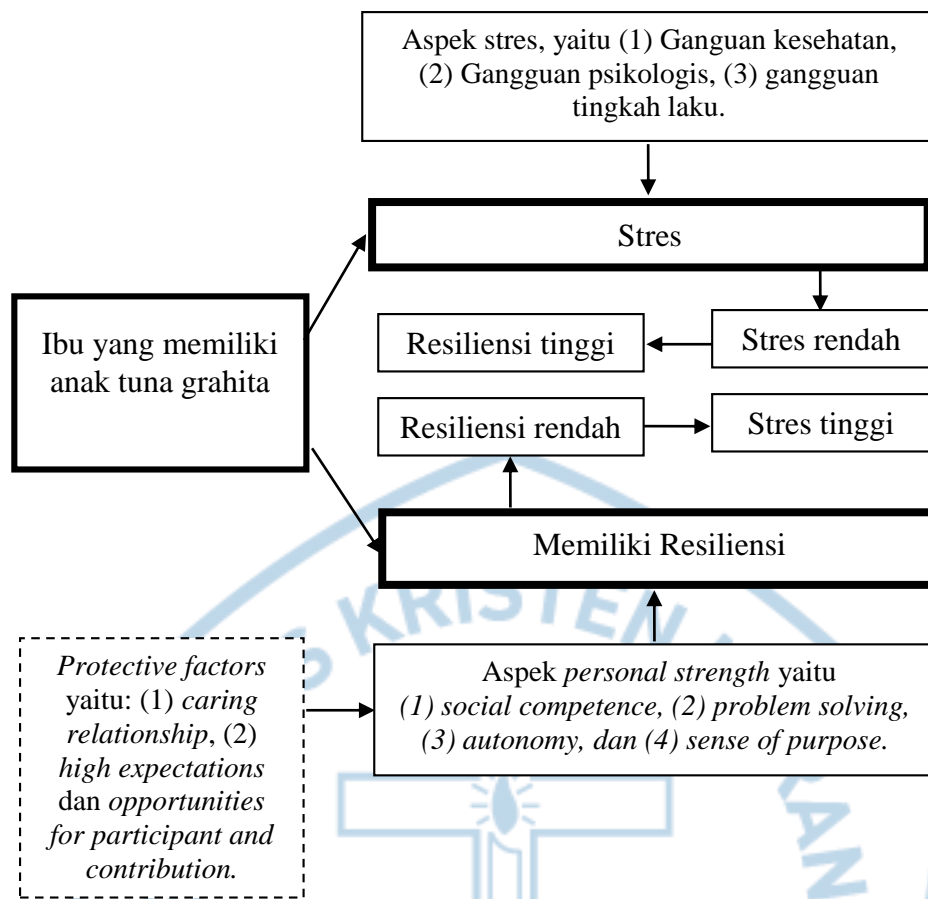
penilaian ini menyebabkan ibu akan mengalami stres dengan derajat yang berbeda-beda, walaupun situasi dan *stressor* yang dihadapi sama. Semakin Ibu yang mempunyai anak tuna grahita di tingkat sekolah dasar di SLB C “X” Cimahi tersebut merasa bahwa suatu hal tersebut mengancam integritas kehidupannya dan ibu merasa tidak memiliki sumber daya dalam diri yang cukup, maka derajat stress ibu tersebut akan semakin tinggi.

Maka dengan memiliki *personal strength* atau resiliensi yang kuat dalam diri ibu dengan anak tuna grahita, maka ibu tersebut akan dapat mengatasi tekanan yang dihadapinya dalam pengasuhan anak tuna grahita sehingga kondisi stresnya menjadi lebih rendah. Namun sebaliknya apabila ibu tersebut tidak memiliki resiliensi yang cukup kuat, maka ibu dengan anak tuna grahita akan mengalami tingkat stres yang tinggi dengan berbagai gejalanya.

Berdasarkan uraian tersebut di atas, maka dapat digambarkan kerangka pikir sebagai berikut:







**Gambar 1.1 Bagan Kerangka Pemikiran**

## 1.6 Asumsi

Berdasarkan kerangka pemikiran, dapat ditarik asumsi-asumsi sebagai berikut:

1. Ibu dengan anak tuna grahita di tingkat sekolah dasar di SLB C “X” Cimahi yang memiliki stres tinggi, akan mengalami resiliensi yang rendah.
2. Ibu dengan anak tuna grahita di tingkat sekolah dasar di SLB C “X” Cimahi yang memiliki stres rendah, akan mengalami resiliensi yang tinggi.

### 1.7 Hipotesis

Berdasarkan asumsi diatas, maka diajukan hipotesis bahwa terdapat hubungan antara resilensi dan stres pada Ibu yang mempunyai anak tuna grahita di tingkat sekolah dasar di SLB C “X” Cimahi.

