

BAB I

PENDAHULUAN

1. Latar Belakang

Pada saat ini, para orangtua masih menganggap anak merupakan anugerah dan titipan terindah oleh Tuhan. Karena itu, Orang tua memiliki keinginan agar anaknya lahir dengan kondisi normal, sempurna dan tanpa cacat. Bagi ibu merasa bangga dan bahagia ketika harapannya menjadi kenyataan. Namun, ibu harus menerima ketika anak memiliki karakteristik khusus yang berbeda dengan anak lain umumnya tanpa selalu menunjukkan ketidakmampuan mental, emosi atau fisik yang umumnya dikenal sebagai anak berkebutuhan khusus (menurut Heward,1996). Anak berkebutuhan khusus adalah anak dengan karakteristik khusus yang berbeda dengan anak pada umumnya yang merujuk pada ketidakmampuan mental, emosi atau fisik. Anak berkebutuhan khusus dapat dibedakan kedalam dua kelompok yaitu anak berkebutuhan khusus pada masalah dalam sensorimotor dan anak berkebutuhan khusus pada masalah dalam belajar dan tingkah laku.

AAMD (*America Association of Mental Deficiency*) menjelaskan bahwa Anak Berkebutuhan Khusus menunjukkan adanya keterbatasan yang mencakup fungsi intelektual yang dibawah rata-rata, dimana berkaitan dengan keterbatasan pada dua atau lebih keterampilan adaptif seperti komunikasi, merawat diri sendiri, keterampilan social, kesehatan dan keamanan, fungsi akademis, dan waktu luang. Keadaan ini nampak sebelum usia 18 Tahun. Anak Berkebutuhan Khusus dipengaruhi oleh faktor genetik, lingkungan dan psikososial (Kaplan, 1997).

Anak berkebutuhan khusus merupakan jenis gangguan yang tidak dapat disembuhkan. Keadaan seperti itu dapat membuat keluarga yang memiliki anak berkebutuhan khusus lebih mendapatkan tekanan karena perkembangan anak yang lebih lambat daripada anak normal lainnya. Sehingga ada beberapa keluarga yang menolak kehadiran anaknya yang berkebutuhan khusus, namun ada pula beberapa keluarga yang tetap dapat menerima anaknya yang berkebutuhan khusus dan membantu anaknya agar mendapatkan fasilitas yang baik demi kepentingan perkembangan anaknya yang berkebutuhan khusus.

Dalam rumah tangga, Ibu memiliki tugas sebagai seorang istri yaitu mengatur rumah tangga, berkomunikasi dua arah dengan suami, bersama dengan suami memenuhi kewajiban financial. Saat memiliki anak peran dan tanggung jawab menjadi bertambah karena itu ibu harus menyesuaikan diri dengan tuntutan baru untuk merawat anak, bertanggung jawab menjadi orang tua dan harus menjaga hubungan dengan suami (Duval, 1977). Peranan seorang ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus menjadi lebih berat mengingat dalam kehidupan sehari-hari anak berkebutuhan khusus mengalami hambatan dalam perkembangan fisik, kognitif, bahasa, emosi dan penyesuaian sosial.

Karena itu, Ibu mempunyai peranan yang sangat penting dalam merawat anaknya yaitu mendampingi anaknya dalam kegiatan sehari-hari seperti membantu mengenakan pakaian anaknya, mengajarkan memasang kancing, membantu membesihkan diri saat mandi dan membantu menyiapkan makanan untuk anak. Ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus harus bersabar dan menahan emosinya ketika anak mereka marah dan menangis ataupun melakukan hal-hal yang berlebihan ditempat umum. Bersabar dan tekun memberikan perhatian penuh, mengajari anak dan mendidik anak dalam mengasuh dan membimbing anak agar dapat tumbuh dan berkembang dengan baik dalam hal yang berhubungan dengan fisik, psikis dan sosialnya dikarenakan anak berkebutuhan khusus membutuhkan perhatian yang

lebih seperti terapi dan sekolah khusus untuk meningkatkan kemampuannya dan memerlukan waktu, biaya dan tenaga yang tidak sedikit.

Munculnya rasa kecewa yang mendalam, beragam suasana hati dan pikiran yang mengganggu karena ibu lebih peduli, peka dan dekat dengan anaknya. Ibu mencurahkan kasih sayang yang sangat besar dan ibu lebih banyak menghabiskan waktu bersama anaknya. Hal tersebut memunculkan *stressor* bagi ibu dan memunculkan reaksi ibu terhadap masalah yang dialaminya. Peran Ibu dalam merawat anak memang sangat istimewa, tidak hanya menjaga kesehatan anak tetapi bagaimana cara menstrategi kepribadian anak menjadi lebih baik. Selain membutuhkan kesabaran, ibu dituntut untuk tekun dan pandai dalam membimbing anaknya. Tantangan tersendiri bagi ibu yang mempunyai anak berkebutuhan khusus karena harus membedakan cara mempersiapkan masa depan anak dengan anak lainnya.

Keterampilan yang dicapai anak setelah mengikuti terapi dan sekolahnya tidak selalu sesuai dengan harapan ibu. Jika perkembangan terjadi secara lambat bahkan terjadi kemunduran. Keadaan ini dapat membuat ibu mengalami stress, ditambah dengan pembagian waktu dalam merawat anaknya yang berkebutuhan khusus dan yang normal. Biaya yang tidak sedikit untuk dapat menjalani terapi atau pengobatan secara berkesinambungan. Selain ibu harus berperan sebagai terapis atau guru di rumah, ibu juga harus memikirkan biaya yang tidak sedikit untuk pengobatan dan sekolah anaknya. Bila ibu mempunyai anak lain yang normal, ibu pun harus dapat membagi waktu untuk memperhatikan juga anaknya yang lain dan mengerjakan pekerjaannya yang lain. Kondisi *stress* dapat mengganggu kesehatan ibu dan dapat mengakibatkan ibu kurang maksimal dalam merawat anaknya.

Coleman (1976), mengungkapkan bahwa *stress* merupakan suatu keadaan mental atau emosional dalam diri individu yang dapat mengganggu keseimbangan tubuh yang

bersangkutan. Dengan kata lain *stress* merupakan peristiwa yang menunjukkan keadaan atau tuntutan lingkungan atau mental yang membebani atau melampaui sumber adaptif, situasi sosial individu.

Kota Tegal, merupakan sebuah kota kecil di daerah Jawa Tengah yang dimana pada kota tersebut angka anak berkebutuhan khusus cukup tinggi dan bertambah pada tiap tahunnya khususnya di Kabupaten Tegal. Hal ini dapat terlihat dari berdirinya beberapa sekolah luar biasa di kabupaten Tegal dan pada salah satu SLB yang dikenal pada kabupaten Tegal murid ABK bertambah sebanyak 20% tiap tahunnya. Penanganan anak berkebutuhan khusus di kabupaten Tegal masih sangatlah rendah dan menjadi hal yang tabu bagi masyarakatnya, tidak seperti halnya pada kota besar yang sudah banyak tempat-tempat untuk mencari informasi atau pengetahuan dan sosialisasi tentang anak berkebutuhan khusus, karena kurangnya pengetahuan masyarakat di kabupaten Tegal khususnya keluarga-keluarga atau orang tua-orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus yang sangat minimal tidak seperti kota besar lainnya yang menjadikan dampak bagi orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus kurang memberikan penanganan sejak dini atau masih banyak orang tua yang membiarkan anak mereka tidak bersekolah atau adapun orang tua yang salah memberikan didikan bagi anak mereka yang berkebutuhan khusus.

Keberadaan pendidikan luar biasa atau pendidikan khusus merupakan sarana pendukung yang sangat tepat untuk membina kemampuan pada peserta didik yang mengalami hambatan atau kelainan, kekurangan segi fisik, mental intelektual, emosi, sosial, sehingga menghasilkan kemandirian yang bermanfaat baik bagi anak berkebutuhan khusus ini, keluarga dan juga masyarakat sekitarnya. Pelayanan pendidikan terutama kepada anak berkebutuhan khusus usia sekolah merupakan salah satu unsur penting yang sangat menunjang keberhasilan penyandang anak berkebutuhan khusus untuk dapat meningkatkan

kemampuannya. Anak berkebutuhan khusus membutuhkan layanan pendidikan secara khusus yakni disesuaikan dengan kemampuan anaknya. Pada kenyataannya tidak semua anak biasa mendapatkan kesempatan pendidikan untuk mengembangkan potensinya.

Untuk melihat situasi yang ada, peneliti melakukan survai awal di SLB Manunggal yang merupakan salah satu SLB yang terdapat di kabupaten Tegal. Beberapa guru menyatakan bahwa kebanyakan dari murid yang ada di SLB Manunggal terlambat mendapatkan bimbingan atau pendidikan pada usia dini dan kebanyakan dari anak berkebutuhan khusus sebelumnya bersekolah di sekolah umum. Kurang adanya penyuluhan atau sosialisasi kepada masyarakat di kabupaten Tegal ataupun keluarga-keluarga terutama orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus mengenai cara penanganan atau mengatasi anak berkebutuhan khusus. Pengetahuan orang tua terutama ibu sebagai orang terdekat anak yang kurang mengakibatkan anak menjadi terlantar dalam hal pendidikan dan terlambatkan pengembangan potensi yang dimiliki oleh anak.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti terhadap sepuluh ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus yang bersekolah di SLB Manunggal, peneliti mendapatkan beberapa masalah yang dialami oleh ibu mengenai penanganan anak mereka yang berkebutuhan khusus dibanding kepada anaknya normal. Beberapa faktor seperti pendidikan ibu, pekerjaan ibu dan pendapatan seringkali dapat mempengaruhi ibu dalam mengatasi anak mereka yang berkebutuhan khusus. Faktor tersebut dapat mengakibatkan tekanan yang dirasakan oleh ibu seperti ketika seorang ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus harus bekerja atau ibu yang juga mempunyai karir dalam pekerjaannya namun ibu dituntut juga menjadi ibu rumah tangga dan mengurus anaknya yang berkebutuhan khusus. Tekanan tersebut mempengaruhi ibu dalam mengatasi anak mereka. Fokus yang terbagi antara pekerjaan dan keluarga juga khususnya pada anak mereka. Begitu juga pada ibu yang

tidak bekerja juga dapat memberikan tekanan bagi diri ibu karena mereka melihat tingkah laku, perkembangan anak yang mereka sayangi setiap waktu. Diketahui bahwa banyak ibu yang menyamakan anaknya sama seperti anak normal lainnya. Bagi ibu sekolah luar biasa merupakan hal yang asing dan mendapatkan nilai buruk atau cap jelek pada masyarakat bila ibu memasukkan anaknya ke sekolah khusus atau SLB. Ibu masih belum sepenuhnya menerima kenyataan kalau anaknya akan jauh lebih terarah dan terbina pendidikannya dengan baik bila dimasukkan ke sekolah Berkebutuhan Khusus atau SLB. Keterlambatan memasukkan anaknya yang berkebutuhan khusus di SLB dan kurangnya pengetahuan ibu terhadap menangani kebutuhan yang diperlukan anaknya yang berkebutuhan khusus menjadi salah satu masalah yang ada di Kabupaten Tegal.

Masalah ekonomi juga menjadi kendala bagi ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus, karena besarnya biaya yang harus dikeluarkan, seperti biaya sekolah di SLB, biaya melakukan terapi, obat-obat yang harus diminum dan biaya yang tidak terduga. Pendapatan tiap bulan keluarga yang tidak sebanding dengan pengeluaran yang harus dikeluarkan pada tiap bulannya memunculkan tekanan bagi ibu harus ekstra sabar dan penerimaan ibu pada kondisi yang dialaminya. Salah satu Ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus di SLB Manunggal mengungkapkan adanya *stressor* yang diterima oleh ibu dan anaknya yang berkebutuhan khusus dari lingkungan yang tidak dapat menerima kondisi anaknya, bahkan suami yang tega meninggalkan karena tidak menerima anaknya yang berkebutuhan khusus. Selain itu, ada pula Ibu yang memiliki seorang anak berkebutuhan khusus lainnya menceritakan bahwa awalnya anak mereka menunjukkan perilaku yang normal seperti anak normal lainnya, namun saat usianya menginjak 3 tahun anak mereka tumbuh menjadi anak berkebutuhan khusus. Ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus lebih rentan terkena *stress* dibanding Ibu yang memiliki anak normal. Perkembangan anak Berkebutuhan Khusus

yang tidak sempurna seperti non ABK dapat memicu kekecewaan yang sangat besar bagi ibu, kekecewaan tersebut dapat diekspresikan dengan sikap cepat marah dan kesal ketika melihat perilaku anaknya yang susah diatur dan membutuhkan perhatian khusus serta pengawasan yang ekstra.

Menurut Lazarus (1984) terdapat beberapa gejala yang menjadi indikator *stress* yang dialami seseorang, yaitu fisik, psikologis dan kognitif. Berdasarkan hasil wawancara pada 10 ibu yang memiliki Anak Berkebutuhan Khusus SLB Manunggal kabupaten Tegal, terdapat sebanyak 4 ibu(40%) mengalami gejala fisik seperti nafsu makan berkurang dan pola makan berubah, ibu tidak dapat mengikuti kegiatan diluar rumah seperti kegiatan soasial atau interaksi yang dilakukan ibu-ibu lainnya. Gejala psikologis yang dialami ibu berkebutuhan khusus seperti sulit tidur dan jam tidur yang tidak teratur hal ini dialami oleh 3 ibu (30%). Keadaan tersebut dirasakan ibu bahwa waktu tersita melakukan pengobatan untuk anaknya sehingga pekerjaan ibu di rumah menjadi terbengkalai dan tidak bias di selesaikan. Gejala koqnitif yang dapat dialami ibu antara lain konsentrasi kerja terganggu baik dirumah maupun kegiatan diluar rumah dan dialami sebanyak 3 ibu (30%). Dampak negatif yang ditimbulkan bila ibu menghayati *stress* adalah perhatian yang diberikan ibu pada anak berkebutuhan khusus, maupun anak lainnya yang non ABK juga suaminya, serta kegiatan rumah tangga yang menjadi kurang maksimal.

Tuntutan umum yang dapat memunculkan *stress* diklasifikasikan dalam beberapa strategi, yaitu frustasi, konflik, tekanan dan ancaman. Hasil wawancara kepada 10 ibu didapatkan 4 ibu (40%) yang memiliki anak berkebutuhan khusus mengalami frustasi, ketika usahanya mengalami hambatan seperti setelah menjalani pengobatan anaknya mengalami kemunduran dan hasil perkembangan anak tidak sesuai dengan harapan. Sebanyak 2 ibu (20%) yang memiliki anak berkebutuhan khusus mengalami konflik ketika ibu harus

menjalani perannya sebagai ibu dan mencari penghasilan tambahan untuk pengobatan anaknya yang mahal. Sebanyak 2 ibu (20%) mengalami tekanan ketika ibu dihadapkan pada paksaan untuk mencapai hasil tertentu yang sumbernya dari dalam atau luar diri, ketika ibu mendapat paksaan atau tuntutan dari pihak keluarga agar anaknya dapat sembuh dan beraktivitas seperti anak sebayanya yang lain. Terdapat sebanyak 2 ibu (20%) yang memiliki anak berkebutuhan khusus mengalami ancaman ketika dihadapkan pada situasi ibu yang merasa kurang nyaman dan kurang menyenangkan, ketika ibu harus mengetahui anaknya berkebutuhan khusus dan harus bersekolah di SLB juga keterbatasan biaya karena pengobatan untuk anaknya.

Individu yang mengalami *stress* akan terdorong untuk meredakan stressnya. Strategi penanggulangan stress yang digunakan setiap ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus dapat berbeda-beda. Perbedaan cara penanggulangan stress ini tergantung bagaimana ibu menilai situasi *stress* yang dihadapi. Berdasarkan penilaian tersebut, ibu akan membuat strategi, dalam *Strategi Coping* untuk dapat menghadapi situasi tersebut. Menurut Lazarus (1984) *Coping Strategy* atau strategi penanggulangan *stress* adalah perubahan kognitif dan tingkah laku yang terus menerus sebagai usaha individu untuk mengatasi tuntutan internal dan eksternal yang dianggap sebagai beban atau melampaui sumber daya yang dimilikinya. Lazarus menyebutkan *Strategi Coping* ini dibagi menjadi dua yaitu strategi penanggulangan *stress* yang berpusat pada masalah (*problem focused form of coping*) dan strategi penanggulangan *stress* yang berpusat pada masalah (*emotion focused form coping*). (Lazarus dan Folkman, 1986).

Permasalahan-permasalahan dan tekanan yang dialami oleh ibu yang memiliki anak Berkebutuhan Khusus memunculkan kecenderungan ibu untuk melakukan strategi penanggulangan *stress*. Ibu yang mengalami konflik dalam kehidupannya, membutuhkan

tempat untuk mencurahkan segala perasaan pada seseorang yang dapat mengerti dan mendukungnya pada masalah yang sedang terjadi. Pengendalian diri Ibu sangat dibutuhkan untuk mengontrol emosi, agar lebih tenang dalam bersikap dan tidak meluapkan kekesalan pada anaknya, sehingga anak merasakan dampak kasih sayang Ibu, serta terus berusaha menjadi ibu terbaik bagi anaknya. Hal tersebut harus dimiliki oleh Ibu untuk memberikan respon positif guna perkembangan anaknya, dan istilah tersebut lebih dikenal sebagai *Emotion Focused form of Coping*. Sebagian ibu mencari jalan keluar dari masalah yang mereka hadapi dengan memberikan fasilitas yang terbaik bagi anaknya seperti memberikan bimbingan diluar jam sekolah, memberikan therapi, mengatur dan mengatasi masalah penyebab *stress* melalui perubahan relasi yang sulit terhadap lingkungan, seperti menempatkan anak mereka pada sekolah yang khusus sehingga Ibu dapat menilai bahwa situasi yang dihadapi harus berubah atau sebagai *Problem Focused form of Coping*. Dengan demikian, ibu akan mengurangi stress yang muncul secara langsung.

Berdasarkan hasil wawancara ke 10 ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus, didapatkan bahwa 6 ibu menyekolahkan anaknya di tempat khusus Anak Berkebutuhan Khusus seperti SLB, dimana sebelumnya menyekolahkan di sekolah umum. Ibu tidak mengetahui dan menyadari bahwa anaknya memiliki keterbatasan dibandingkan dengan anak lainnya. Penolakan dari sekolah umum adalah sebuah kenyataan yang harus di terima Ibu, penolakan tersebut direspon cepat oleh ibu dengan mencarikan sekolah berkebutuhan khusus terbaik di kabupaten Tegal, walaupun awalnya menolak kenyataan bahwa anaknya harus bersekolah di sekolah khusus atau SLB. Ibu juga melakukan terapi kepada dokter atau terapis yang dapat menunjang perkembangan dan pertumbuhan anak, meskipun biaya yang dikeluarkan cukup tinggi dalam sekali terapi. Akibat tingginya biaya yang dibutuhkan, ibu terkadang harus mengabaikan kepentingan dirinya untuk mengutamakan kemajuan dari

anaknyanya. Dengan demikian, ke 6 ibu ini melakukan strategi penanggulangan *stress* mengambil tindakan untuk memecahkan masalah atau mencari informasi yang berguna untuk membantu pemecahan masalah yang sedang hadapi.

Terdapat juga 4 ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus, ibu berusaha untuk menurunkan emosi negatif yang dirasakan ketika menghadapi masalah. Lingkungan yang kurang mendukung dan memberikan dampak negatif kepada ibu, membuat ibu merasa kurang bersemangat dengan menjalani kehidupannya, seperti : ejekan-ejekan karena memiliki anak berkebutuhan khusus, bukan terhadap dirinya saja anaknya pun ikut menerima ejekan dari lingkungannya, merasa di terasingkan dan beberapa dari mereka ada yang menjauh. Seorang ibu mengatakan bahwa penyesalan kerap terjadi pada mereka karena memiliki Anak Berkebutuhan Khusus, malu dan kecewa pada lingkungan serta keluarga.

Beban hidup seorang ibu pemilik anak berkebutuhan khusus cukuplah berat, dalam kondisi apapun seorang Ibu akan selalu mementingkan kebutuhan anak-anaknya terutama anak berkebutuhan khusus. Seorang ibu tidak akan menampakkan kesedihan dan kemurungannya di depan anak-anaknya, dia akan berusaha tersenyum dengan tujuan agar anak-anaknya bisa tumbuh berkembang sesuai yang diharapkannya. Keyakinan seorang Ibu dengan memberikan kasih sayang yang penuh dan tulus, terutama kepada anaknya yang berkebutuhan khusus, akan berakibat pada berkembangnya fisik maupun mental anaknya.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan, terdapat adanya variasi strategi penanggulangan *stress* yang dilakukan oleh ibu yang memiliki anak Berkebutuhan Khusus dalam menanggulangi tekanan-tekanan yang terjadi. Peneliti tertarik mengetahui gambaran *Coping Strategy* pada ibu yang memiliki anak Berkebutuhan Khusus di SLB Manunggal kabupaten Tegal.

1.2 Identifikasi Masalah

Masalah yang ingin diketahui dalam penelitian ini adalah gambaran *Coping Strategi* pada ibu yang memiliki anak Berkebutuhan Khusus di SLB Manunggal kabupaten Tegal.

1.3 Maksud dan Tujuan

1.3.1 Maksud Penelitian

Penelitian ini dimaksudkan untuk memperoleh data mengenai *Coping Strategy* yang digunakan oleh ibu yang memiliki anak Berkebutuhan Khusus di SLB Manunggal Kabupaten Tegal dalam menghadapi *stress* yang dihadapi

1.3.2 Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui bentuk strategi *Coping Strategy* yang digunakan ibu yang memiliki anak Berkebutuhan Khusus di SLB Manunggal kabupaten Tegal berdasarkan strategi *coping stress* yaitu *problem focused form of coping* dan *emotional focused form of coping*. Begitu pula hal-hal yang mempengaruhi penggunaan bentuk *coping strategy*.

1.4 Kegunaan Penelitian

1.4.1 Kegunaan Teoritis

- Memberikan pengetahuan tambahan mengenai strategi *Coping Strategy* pada ibu yang memiliki anak Berkebutuhan Khusus bagi peneliti lain.

- Memberikan informasi bagi peneliti lain yang berminat melakukan penelitian lanjutan mengenai strategi *coping strategy* pada ibu yang memiliki anak Berkebutuhan Khusus di SLB kota Tegal.

1.4.2 Kegunaan Praktis

- Memberikan informasi mengenai strategi *coping strategy* kepada ibu yang memiliki anak Berkebutuhan Khusus agar dapat membantu ibu dalam mempertimbangkan penggunaan strategi *coping strategy* saat ibu mengatasi masalah yang dihadapi.
- Sebagai tinjauan, serta peningkatan mutu pelayanan bagi SLB untuk menangani siswa.

1.5 Kerangka Pikir

Setiap ibu berharap memiliki anak yang sehat dan tidak memiliki kekurangan. Namun, harapan tersebut tidak terwujud bagi beberapa ibu yang harus menyadari bahwa anaknya berkebutuhan khusus. Mendidik anak dan memenuhi kebutuhan untuk tumbuh kembang anak adalah tanggung jawab yang tidak mudah yang dihadapi oleh ibu. Memberikan kebutuhan tumbuh kembang anak menambah tekanan yang dialami ibu yang memiliki anak Berkebutuhan Khusus di SLB Manunggal kabupaten kota Tegal.

Keberadaan anak yang memiliki kebutuhan khusus dalam lingkungan SLB di kabupaten Tegal, merupakan situasi yang dapat memunculkan *stress* dalam bentuk fisik, psikis, dan dan stressor sosiokultural. Menurut Lazarus (1976), ketiga bentuk *Stressor* ini dapat diartikan oleh individu sebagai *Stress* dalam kegiatannya. Dalam menghadapi situasi dimana mereka memiliki anak berkebutuhan khusus, para ibu akan memiliki situasi-situasi yang dapat dirasakan atau dihayati sebagai sebuah *stressor* Fisik, sebagai contoh anak yang

mengamuk, kelelahan sesudah merawat anak dan bekerja, rasa sakit yang dialami pada saat ibu mengalami penurunan kondisi fisik, kesibukan yang dialami, dan berbagai situasi lain. *Stressor* Psikis dapat muncul dari rasa takut, kecemasan, kesepian, kekecewaan, dan tekanan yang dialami oleh para ibu, pada saat memikirkan kondisi anak berkebutuhan khusus. *Stressor* terakhir, adalah *stressor* sosiokultural, yang dapat muncul dari kematian suami, perceraian, perpisahan dengan keluarga, konflik dengan keluarga, menghadapi masa pension, dan diskriminasi dari lingkungan, yang dapat muncul sebagai akibat memiliki anak berkebutuhan khusus. ketiga *stressor* ini dapat memunculkan *stress* pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus.

Menurut Lazarus & Folkman (1984), *stress* merupakan suatu strategi interaksi antara individu dan lingkungannya yang dirasa sebagai suatu yang membebani atau melampaui kapasitas kemampuan yang dimiliki, serta mengancam kesejahteraan diri individu. Ibu yang memiliki anak Berkebutuhan Khusus akan mengalami *stress* yang lebih besar dari pada ibu yang memiliki anak normal pada umumnya. Pengasuhan dan pendidikan yang diberikan oleh ibu kepada anaknya yang berkebutuhan khusus sangat berbeda dengan anak normal. Beberapa ibu mempunyai pengertian terbatas mengenai proses tumbuh kembang anaknya yang berkebutuhan khusus. Hal ini menimbulkan *stress* dan menguras pikiran juga tenaga ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus.

Menurut Folkman(1984), individu akan mengalami tekanan emosi bila situasi yang dihadapi mengancam diri atau bila tuntutan yang dirasakan melebihi kemampuan yang dimilikinya (Lazarus, 1984). Ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus melakukan penilaian primer dengan mengevaluasi situasi yang dihadapinya yaitu peran dan tanggung jawab sebagai seorang ibu dalam memberikan kebutuhan seperti merawat dan mendidik anaknya, juga kondisi kemajuan perkembangan anaknya yang berkebutuhan khusus. apabila

kondisi yang dihadapi oleh ibu dianggap membebani dan melebihi kemampuan yang dimiliki maka ibu akan mengalami *stress*

Tuntutan lingkungan dan tekanan dapat memproduksi *stress*, namun perbedaan pada individu akan membuat derajat, penghayatan dan reaksi *stress* berbeda. Derajat *stress* pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus di SLB manunggal kabupaten Tegal akan berbeda tergantung dari penilaian kognitifnya masing-masing. Intensitas *stress* akan muncul tergantung dari penghayatan terhadap bahaya yang akan terjadi. Jika ibu semakin merasa tidak mampu dan tidak dapat mengatasinya maka *stress* yang dirasakan akan semakin kuat (Lazarus, 1976).

Penghayatan *stress* pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus akan menuntun kepada tahapan kedua dari penilaian kognitif, yaitu penilaian sekunder (*Secondary Appraisal*) individu mengevaluasi potensi-potensi yang ada dalam dirinya, baik fisik, psikis sosial ataupun material untuk menghadapi tuntutan lingkungan terhadap dirinya. Ketika ibu melakukan penilaian sekunder ibu akan mengevaluasi kemampuannya untuk menghadapi keadaan *stress* sebagai ibu dalam merawat anak berkebutuhan khusus dan juga ibu lebih memahami kemampuannya dalam berelasi dengan orang lain.

Penilaian primer dan penilaian sekunder lebih didasarkan pada penilaian subyektif individu terhadap dirinya sendiri dan terhadap situasi yang dihadapinya. Hal ini menyebabkan kondisi stress yang dihayati secara berbeda-beda oleh setiap individu walaupun situasi dan *stressor* yang di hadapi sama. (Lazarus,1984). Setelah melakukan penilaian primer dan penilaian sekunder. Ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus akan menentukan strategi *coping strategy* yang digunakan, karena pada dasarnya setiap individu akan berusaha menyesuaikan strategi yang digunakan dengan situasi yang dihadapinya, begitu pula dengan ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus.

Strategi *Coping* sendiri merupakan perubahan kognitif dan tingkah laku yang berlangsung secara terus menerus untuk mengatasi tuntutan eksternal dan internal yang dinilai sebagai beban atau tekanan yang melampaui sumber daya individu atau dapat membahayakan keberadaan serta kesejahteraan individu (Lazarus, 1984). *Coping strategy* ini digunakan oleh ibu untuk mengatasi situasi atau tuntutan yang menimbulkan *stress* pada saat *stressor* datang.

Strategi *Coping* yang dilakukan ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus di SLB Manunggal kabupaten Tegal dipengaruhi oleh enam faktor. Kesehatan dan energi merupakan sumber-sumber fisik yang dapat mempengaruhi ibu dalam menangani tuntutan dalam menangani *stress* saat pengerjaan rencana usulan penelitian. Ibu akan lebih mudah dalam menggunakan *coping strategy* ketika mereka dalam keadaan sehat. Sebaliknya jika ibu sedang sakit atau kelelahan, maka energi untuk melakukan menanggulangi *stress* akan berkurang. Faktor kedua adalah Keyakinan diri yang positif. Sikap optimis atau pandangan positif pada kemampuan diri ibu merupakan sumber daya yang penting dalam menanggulangi *stress*. Hal ini dapat membangkitkan motivasi untuk terus berupaya mencari alternatif-alternatif penanggulangan *stress* yang efektif saat menghadapi dan mendidik anak ibu yang berkebutuhan khusus. Keterampilan untuk memecahkan masalah merupakan kemampuan ibu untuk mencari informasi, menganalisis situasi, mengidentifikasi masalah sebagai usaha dalam mencari alternatif tindakan, mempertimbangkan, memilih dan menerapkan rencana yang tepat dalam menanggulangi *stress* saat memenuhi kebutuhan tumbuh kembang anak. Keterampilan ini diperoleh melalui pengalaman, pengetahuan, kemampuan intelektual atau kognitif dalam menggunakan pengetahuan tersebut, serta kapasitas untuk mengendalikan diri. Faktor yang keempat adalah dukungan sosial. Melalui orang lain, ibu dapat memperoleh informasi, bantuan secara nyata dan dukungan emosional yang dapat membantu dalam menangani *stress* yang dihadapi. Sumber-sumber material seperti uang, barang, serta fasilitas

lain yang dapat mendukung terlaksananya penanggulangan *stress* dengan lebih efektif. Faktor yang terakhir adalah Keterampilan sosial. Hal ini memudahkan pemecahan masalah yang dapat dilakukan bersama orang lain. Ini memberikan kemungkinan bagi ibu untuk bekerjasama serta memperoleh dukungan dari keluarga dan lingkungannya.

Lazarus membagi *Coping Strategy* menjadi dua yaitu *problem focused form of coping* dikenal sebagai penanggulangan stress yang berpusat pada masalah berfungsi untuk mengatur dan mengatasi masalah penyebab stress melalui perubahan relasi yang sulit terhadap lingkungan dan *emotion focused form coping* dikenal sebagai penanggulangan stress yang berpusat pada emosi berfungsi untuk mengatur respon emosional terhadap masalah yang terdiri atas proses-proses kognitif yang ditujukan pada pengurangan tekanan emosional. Menurut penelitian yang telah diungkapkan Lazarus (1984) bahwa orang dengan derajat stress sedang lebih dominan menggunakan *Problem Focused Form of Coping*. Sedangkan jika derajat Stress tinggi lebih dominan menggunakan *Emotional Focused Form of Coping*.

Problem Focused Form of Coping terdiri dari dua strategi khusus, yaitu *Confrontive coping* dan *Planful problem-solving*. Ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus di SLB Manunggal kabupaten Tegal jika menggunakan *Confrontive Coping*, ibu akan berusaha mencari cara untuk mengatasi keadaan yang menyebabkan *stress*. Ibu mencari informasi sehingga ibu memahami masalah anaknya sehingga dapat mencari cara untuk menangani masalah tersebut. *Planful problem-solving*, akan mengubah keadaan dengan tenang dan berhati-hati disertai pendekatan analitis untuk memecahkan masalahnya. Misalnya ibu menentukan langkah-langkah, mencari beragam informasi seperti melakukan terapi untuk anaknya yang berkebutuhan khusus.

Emotional - Focused Form of Coping terdiri dari enam strategi khusus, yaitu : *Distancing*, berusaha untuk menjaga jarak dalam menghadapi masalah dan berusaha

menciptakan pandangan yang positif. Ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus berusaha untuk dapat melepaskan diri dari permasalahan. Meliputi melakukan aktivitas lain, menghindari masalah, menghindari terlibat dalam masalah. *Self control* berusaha untuk mengatur perasaan diri serta mengatur tindakan diri sendiri. Misalnya walaupun ibu merasa lelah dengan tugasnya yang telah dilakukan sebagai seorang ibu bagi anaknya yang berkebutuhan khusus dan mengurus rumah, ibu mencoba mengatasi dan mengolah rasa lelah sehingga dapat menyelesaikan semua tugas dan tanggung jawabnya.

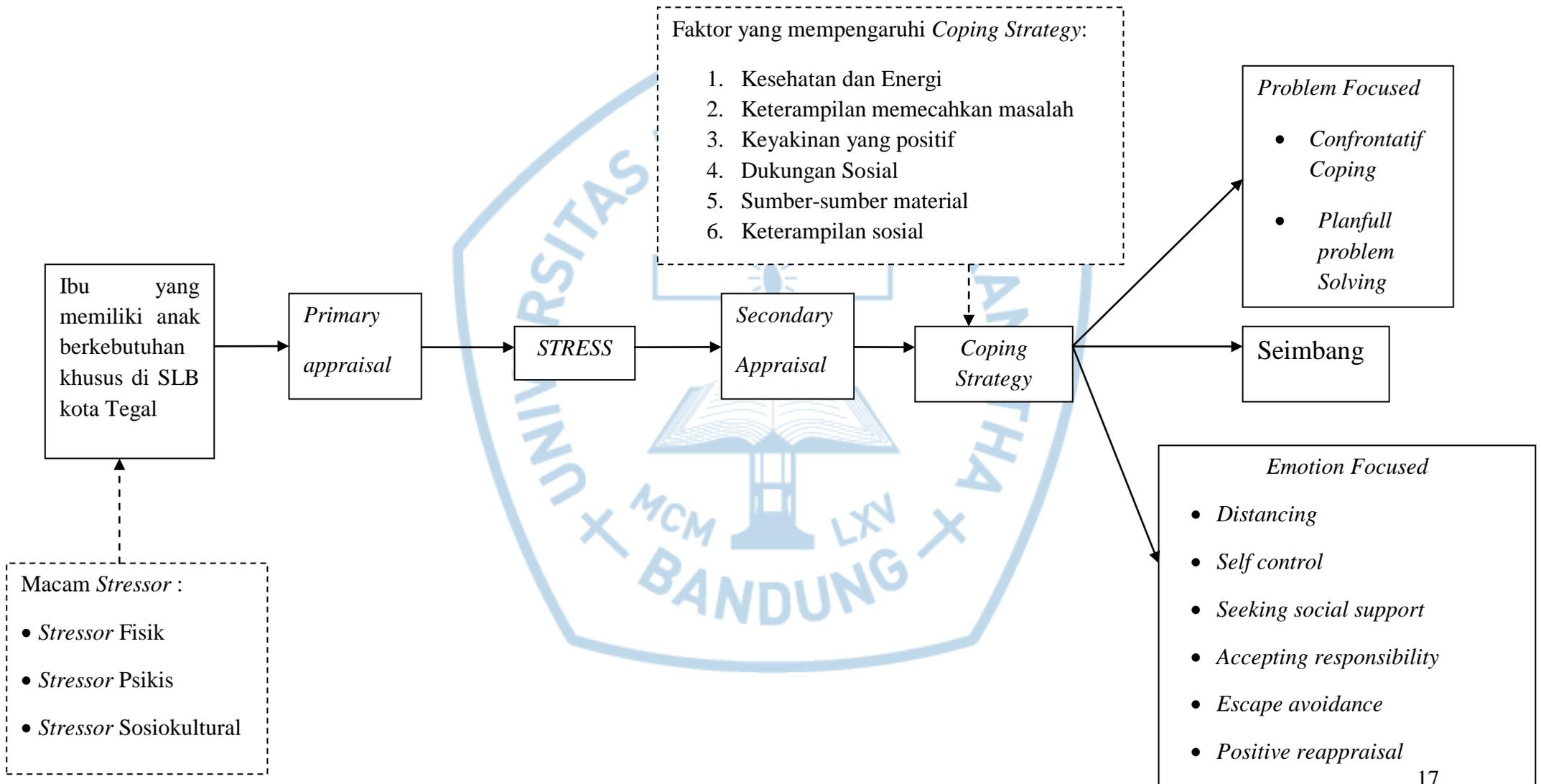
Seeking social support usaha untuk mencari dukungan dari pihak luar baik berupa informasi bantuan nyata maupun dukungan sosial. Seperti sharing kepada ibu yang sama-sama memiliki anak berkebutuhan khusus dan berkonsultasi dengan terapis. *Accepting responsibility* usaha untuk mengakui peran dirinya dalam permasalahan yang dihadapi dan mencoba untuk mendudukan segala sesuatu dengan benar. *Escape-avoidance* ibu menunjukkan reaksi berhayal dan usaha menghindar atau melarikan diri atau menghindar dari masalah yang dihadapi. *Positive reappraisal* usaha untuk menciptakan makna yang positif dan memusatkan pada pengembangan personal dan juga melibatkan hal yang bersifat religius.

Beberapa ibu mempunyai pengertian terbatas mengenai proses tumbuh kembang anak mereka yang mengalami Anak Berkebutuhan Khusus. Ibu yang memiliki anak Berkebutuhan Khusus mengalami tekanan-tekanan yang lebih besar dari pada ibu yang memiliki anak normal pada umumnya. Pengasuhan dan pendidikan yang diberikan oleh sang ibu kepada anak Berkebutuhan Khusus sangatlah berbeda dengan anak yang normal. Hal itu menunjukkan tekanan yang hebat dan banyak menguras pikiran juga tenaga ibu yang memiliki anak Berkebutuhan Khusus. Penolakan dari lingkungan kepada anak kesayangannya membuat ibu tersebut mengalami tekanan. Perasaan mereka hancur dan sedih melihat kekurangan pada anak yang dicintainya. Ibu merasa tidak mampu menjadi ibu yang baik untuk anaknya,

menyalahkan diri mereka dan terlebih lagi menyalahkan sang Pencipta karena mereka dihadapkan oleh permasalahan yang berat. Merasa putus asa dan ketidak berdayaan untuk membuat anaknya sembuh dari keterbatasan yang diderita oleh anaknya. Konflik yang dialami oleh ibu karena tidak adanya pemenuhan harapan yang berasal dari diri sendiri dan kenyataan, ibu juga merasa terbebani dalam memikirkan masa depan anak, kebutuhan ekonomi meningkat, dan kebutuhan hidup anaknya yang lebih khusus untuk perkembangan diri anak. Hal-hal tersebut dapat membuat ibu merasa tidak berdaya sehingga menimbulkan konflik dalam diri dan frustrasi dan menimbulkan tekanan emosi pada dirinya. Ibu menjadi sulit untuk mengendalikan emosi saat merasa tertekan dan memikirkan hal yang berat membuat pekerjaannya menjadi terganggu. Oleh karena itu, ibu harus dapat berusaha untuk bertanggung jawab lebih besar dengan kehidupan yang dihadapinya agar masalah-masalah yang terjadi dapat segera diatasi sehingga tidak memunculkan masalah yang tidak dapat terselesaikan oleh ibu.

Dalam kenyataannya, ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus akan menggunakan kedua strategi strategi tersebut untuk menanggulangi *stress*. Hal yang membedakan adalah perbandingan penggunaan kedua jenis strategi, ada yang cenderung pada *Emotion Focused from Coping* dan *Problem Focused from of Coping*.

Bagan 1.5 Kerangka Pemikiran



1.6 Asumsi

Berdasarkan uraian kerangka pemikiran dapat ditarik asumsi, bahwa :

1. Ibu yang memiliki anak Berkebutuhan Khusus akan mengalami tingkat stress berbeda-beda
2. Ibu yang memiliki anak Berkebutuhan Khusus mengalami stress akan melakukan strategi penanggulangan stress yang biasa dikenal sebagai *Coping Strategy* sebagai hasil dari *Primary Appraisal* yang dilakukan
3. *Secondary appraisal* menentukan *coping strategy* yang akan digunakan ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus.
4. *Coping strategy* yang digunakan Ibu yang memiliki anak Berkebutuhan Khusus akan menunjukkan perilaku dalam pemecahan terhadap masalah yang dihadapi (*Problem Focused from of Coping*) dan akan menunjukkan perilaku dalam hal emosi (*Emotion Focused from of Coping*)