

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Bagi setiap orangtua, khususnya ibu, tentunya ingin memiliki anak yang sehat, baik secara jasmani maupun rohani. Namun tidak semua anak yang dilahirkan dapat tumbuh dalam keadaan normal. Ada pula anak yang tumbuh secara tidak normal yang disebut dengan Anak Berkebutuhan Khusus (ABK). Anak berkebutuhan khusus adalah anak dengan karakteristik khusus yang berbeda, dibandingkan dengan anak pada umumnya tanpa selalu menunjukkan ketidakmampuan mental, emosi, atau fisik (Geniofam, 2010).

Memiliki anak berkebutuhan khusus membuat orangtua sulit menerima kehadiran anak tersebut dengan berbagai alasan, misalnya orangtua merasa malu sehingga tidak sedikit dari orangtua yang memperlakukan anak tersebut secara kurang baik. Orangtua membutuhkan penyesuaian tersendiri ketika merawat anak berkebutuhan khusus. Berbagai reaksi emosi yang berbeda-beda muncul dari seorang ibu ketika mengetahui anaknya mengalami gangguan perkembangan, diantaranya adalah merasa terkejut, ada penyangkalan, merasa tidak percaya, sedih, kecemasan, perasaan menolak keadaan, takut, malu, perasaan marah, bersalah dan berdosa (Safari, 2005).

Salah satu ABK adalah anak yang mengalami *Autism Spectrum Disorder* (ASD). Autisme mencakup seluruh aspek yang meliputi interaksi anak dalam dunianya, melibatkan banyak bagian dalam otak, serta melemahkan sifat tanggung jawab sosial, kemampuan komunikasi, dan perasaan kepada orang lain (Mash & Wolfe, 2012). Menurut DSM V, istilah autistik, gangguan *asperger*, dan *pervasive developmental disorder not otherwise specified* (PDD-NOS) dipandang

sebagai satu kesatuan diagnosis, yaitu ketiganya merupakan diagnosa *Autism Spectrum Disorder*. Simptom autisme terbagi menjadi dua area utama, yaitu gangguan komunikasi sosial dan minat yang terbatas serta perilaku berulang (DSM V, 2013). Autism adalah *spectrum disorder*, yang berarti bahwa gejala dan karakteristik yang ditampilkan memiliki tingkat keparahan dan kombinasi yang berbeda-beda (Mash & Wolfe, 2010). Autism adalah gangguan perkembangan yang kompleks dengan karakteristik kelainan pada fungsi sosial, bahasa, dan komunikasi, serta tingkah laku dan minat yang tidak biasa sehingga anak yang mengalaminya dapat disebut sebagai ABK.

Angka pertumbuhan anak autis dunia dalam dekade terakhir terus meningkat. Pada awal tahun 2000 prevalensi penyandang autis masih 1 : 2.500 dan lima tahun kemudian pertumbuhan meningkat 400% menjadi 1 : 625 (Mash & Wolfe, 2005). Data UNESCO pada 2011 mencatat, ada sekitar 35 juta orang penyandang autisme di dunia. Di Indonesia, pada tahun 2013 diperkirakan terdapat lebih dari 112.000 anak yang menderita autisme dalam usia 5-19 tahun; sedangkan prevalensi penyandang autisme di seluruh dunia menurut data UNESCO pada tahun 2011 adalah 6 di antara 1000 orang mengidap autisme (Hazliansyah, 2013).

Anak dengan autisme mengalami gangguan dalam melakukan komunikasi sosial dan memiliki minat yang terbatas & tingkah laku yang berulang. Komunikasi sosial yang terganggu menyebabkan anak sulit melakukan interaksi sosial dan emosional secara timbal balik, gagal memberi respon, kekurangan dalam komunikasi verbal & nonverbal yang digunakan dalam berinteraksi, tidak mampu melakukan kontak mata, serta sulit mengembangkan & mempertahankan hubungan. Selain itu, anak melakukan gerakan stereotip atau berulang, melakukan aktivitas ritual secara rutin dan akan marah bila ritual yang dilakukannya terganggu. Anak juga memiliki minat yang terbatas serta keterpakuan pada objek tertentu (Mash & Wolfe, 2010).

Anak merupakan tanggung jawab kedua orangtua dimana ayah dan ibu memiliki peran masing-masing dalam perkembangan anak. Dalam mengasuh anak, ibu merupakan sosok yang berperan penting karena banyak terlibat dalam pengasuhan anak, oleh karena itu ibu dipandang sebagai sosok yang paling dekat dengan anak (Cohen & Volkmar, 1997). Ibu menghabiskan lebih banyak waktu dengan anak dan karena hal itulah ibu mengalami stres yang lebih tinggi daripada ayah (Dyson, 1997).

Seorang ibu memiliki kewajiban dan peran dalam merawat anak agar anak dapat berkembang. Peranan ibu sangat penting bagi perkembangan anak secara keseluruhan karena ibu dapat memberikan stimulasi pada tumbuh kembang anak secara menyeluruh dalam aspek fisik, mental, dan sosial. Peran ibu diantaranya adalah membentuk kepribadian anak, menumbuhkan perasaan mencintai dan mengasihi pada anak melalui interaksi yang melibatkan sentuhan fisik dan kasih sayang, dan menumbuhkan kemampuan berbahasa pada anak melalui kegiatan-kegiatan bercerita, serta melalui kegiatan yang lebih dekat dengan anak. Ibu adalah orang pertama yang mengajak anak untuk berkomunikasi, sehingga anak mengerti bagaimana cara berinteraksi dengan orang lain menggunakan bahasa (Hidayat, 2006). Dalam mencapai perkembangan yang optimal dibutuhkan komunikasi antara ibu dan anak, akan tetapi pada kenyataannya ibu dari anak autis sulit melakukan interaksi dan komunikasi dengan anak sehingga ibu membutuhkan penyesuaian yang lebih baik ketika merawat anak autis.

Ibu dari anak autis juga mengalami berbagai kesulitan dalam merawat anak, karena anak mengalami hambatan pada komunikasi sosial seperti gagal dalam membangun percakapan normal, kurang mampu mengungkapkan ketertarikan, dan emosi sehingga ibu sulit mengajarkan anak untuk berkomunikasi. Ibu yang memiliki anak autis juga sulit merawat anak karena anak karena anak dengan autisme juga mengalami pola perilaku, minat, dan aktivitas yang terbatas

seperti anak yang tertarik dengan objek yang tidak biasa, dan anak yang marah bila aktivitas ritualnya diganggu. Hal-hal tersebut menjadi *stressor* bagi ibu yang memiliki anak autis.

Kesulitan yang dialami ibu dari anak autis saat merawat anaknya dapat teratasi melalui diperolehnya berbagai informasi tentang penanganan anak autis melalui media sosial, memberikan pendidikan khusus di sekolah luar biasa (SLB), pusat terapi, maupun yayasan yang menangani anak autis (www.autis.info diakses pada 13 agustus 2016). Salah satu yayasan untuk menangani anak autis adalah Yayasan “X” Kota Bandung. Yayasan “X” adalah suatu lembaga yang menangani ABK dengan memberikan program layanan terapi, pendidikan, dan keterampilan bagi ABK. Di Yayasan “X”, 60% dari total keseluruhan ABK adalah anak yang mengalami autis, sisanya 40% adalah anak yang mengalami *down syndrome*, *cerebral palsy*, dan retardasi mental. Yayasan “X” memberikan layanan terapi wicara, terapi perilaku, fisioterapi, sensori, dan terapi okupasi. Yayasan “X” juga memberikan layanan pendidikan, diantaranya Sekolah Perkembangan Dasar, Sekolah Kemandirian Fungsional dan Balai Latihan Keterampilan berupa keterampilan seni musik, lukis, dan komputer. Di yayasan “X” anak autis akan diberikan terapi sesuai dengan usia anak. Ibu yang memiliki anak autis dapat menggunakan layanan terapi dan pendidikan untuk anak.

Selain menyediakan program bagi anak, Yayasan “X” juga memiliki program bagi orangtua dari anak autis agar dapat memberikan pengasuhan terbaik bagi anak. Berdasarkan wawancara yang dilakukan dengan Ketua Yayasan “X”, dikatakan bahwa Yayasan “X” memiliki kegiatan khusus yang melibatkan orang tua, yaitu *Parent Supporting Group* (PSG). PSG adalah kegiatan yang ditujukan untuk kedua orangtua dari anak autis. Kegiatan ini dilaksanakan sebulan sekali. Pada kegiatan ini orangtua diberi motivasi oleh psikolog selama satu jam, lalu dilanjutkan dengan berdiskusi serta berbagi pengalaman satu sama lain. Menurut Ketua Yayasan “X”, para ibu yang memiliki anak autis mendapatkan berbagai manfaat dari kegiatan ini, diantaranya

mendapatkan informasi mengenai cara mendidik anak autis, dan para ibu bisa saling membantu dalam mencari solusi untuk anak sehingga ibu merasa sangat terbantu. PSG adalah kegiatan yang diperuntukkan bagi ayah dan ibu dari anak autis, tetapi pada kenyataannya banyak para ibu yang menghadiri kegiatan tersebut tanpa didampingi oleh suami. Beliau mengharapkan para ibu datang bersama suaminya agar keduanya bisa saling bekerja sama dalam memberikan penanganan yang terbaik untuk anaknya.

Selain penanganan dari pusat terapi maupun SLB, ibu yang memiliki anak autis juga membutuhkan dukungan sosial, khususnya dari suami yang merupakan *partner* ibu dalam merawat anak. Ketua Yayasan “X” mengatakan jika para ibu dari anak autis di Yayasan “X” menghayati bahwa suami kurang peduli dengan kondisi anak maupun kondisi ibu saat merawat anak. Mereka seringkali mengeluh karena merasa lelah secara fisik dan psikis ketika merawat anak tanpa didampingi suami yang sibuk bekerja, jarang berada di rumah, seringkali keluar kota dan jarang meluangkan waktu untuk anak. Hal ini membuat para ibu menjadi pesimis akan perkembangan anaknya. Penghayatan-penghayatan tersebut diketahui oleh Ketua Yayasan “X” saat kegiatan *Parent Supporting Group* berlangsung.

Ketika suami istri memiliki seorang anak, muncul berbagai dinamika yang membutuhkan penyesuaian. Bagi pasangan yang mengetahui bahwa anak yang dilahirkan mengalami autis, dinamika yang terjadi dapat menjadi lebih kompleks. Rutinitas sehari-hari dan interaksi suami istri menjadi terganggu. Menurut Greenspan dkk (2006), salah satu pasangan terlalu memperhatikan anak dan pasangan lain akan sibuk bekerja agar tidak merasa terganggu dengan masalah yang dialami anak. Masing-masing jarang berbicara dengan pasangannya dan menyebabkan pasangan mengeluh karena kurangnya perhatian. Begitu pula interaksi antara orangtua dengan anak, meskipun ayah sibuk bekerja namun tetap berusaha meluangkan waktu untuk mengajak anak bermain dan membantu ibu menyelesaikan pekerjaan rumah tangga. Hal

tersebut menjadi salah satu bentuk dukungan yang diharapkan oleh ibu. Selain itu, ibu dari anak autis juga mengharapkan perhatian dan kepedulian dari suami.

Ibu dari anak autis akan memiliki penghayatan yang berbeda-beda dalam menghadapi kenyataan bahwa mereka memiliki anak autis. Ibu dari anak autis juga mengalami berbagai hal ketika merawat anak yang bisa memengaruhi kesejahteraan ibu. Kesejahteraan yang dirasakan ibu bersifat subjektif tergantung dari evaluasi dan penghayatannya, atau yang dikenal dengan istilah *Subjective Well-Being* (SWB). SWB adalah evaluasi individu terhadap kehidupannya yang meliputi penilaian kognitif mengenai kepuasan hidup serta penilaian afektif yang di dalamnya termasuk *mood* dan emosi (Diener & Lucas, 1999).

Ibu dari anak autis yang memiliki SWB tinggi dapat menerima kehidupannya secara positif dan lebih sering merasakan emosi-emosi positif seperti keceriaan dan ketenangan sehingga memengaruhi cara ibu ketika berinteraksi dengan anak. Begitu pula sebaliknya, bila ibu dari anak autis memiliki SWB yang rendah maka ibu merasa tidak puas terhadap hidupnya, lebih sering merasakan emosi-emosi negatif seperti kecewa dan marah sehingga akan berpengaruh pada cara ibu ketika berinteraksi dengan anak.

SWB dapat ditunjukkan dengan kebahagiaan melalui penghayatan ibu yang memiliki anak autis. Seorang ibu di Yayasan “X” menghayati bahwa dengan memiliki anak autis dapat membuat dirinya memiliki kesempatan untuk mempelajari banyak hal dan menjadi lebih terbuka serta aktif dalam bersosialisasi tetapi tidak dapat dihindari bahwa disatu sisi terkadang dirinya menghayati bahwa memiliki anak autis merupakan hal yang memalukan dan menganggapnya sebagai beban yang berat. Emosi negatif seperti kecewa, perasaan bersalah, stres, dan cemas yang dialami ibu ketika merawat anak autis dapat menjadi penghalang seorang ibu untuk merasakan kebahagiaan yang seharusnya dapat diperoleh jika melahirkan anak yang sehat secara fisik maupun psikis (Mangunsong, 1998).

Hasil penelitian Smith et al. (2009) menunjukkan bahwa ibu yang memiliki anak autis sangat memerlukan dukungan sosial dari lingkungan sekitar untuk mengurangi stres yang dihadapi. Dukungan sosial adalah kenyamanan, perhatian, penghargaan, maupun bantuan dalam bentuk lainnya yang diterima individu dari orang lain ataupun dari kelompok (Sarafino, 2006). Dukungan sosial terdiri atas dukungan instrumental, dukungan informasi, dukungan emosional, dan dukungan penghargaan. Dukungan sosial dapat berasal dari pasangan hidup, keluarga, kekasih, teman, rekan kerja dan komunitas.

Salah satu dukungan sosial yang paling utama bagi ibu adalah dukungan dari pasangan hidup atau suami. Dukungan dari orang terpenting seperti dukungan suami berhubungan dengan *positive affect* dan meningkatkan *life satisfaction* (Fukuoka dalam Matsuda, 2014). Dengan adanya dukungan dari suami, ibu akan merasa dicintai, dihargai, dan timbul perasaan nyaman. Dukungan sosial dari suami dapat berupa bantuan langsung seperti membantu merawat anak, mengajak anak bermain, menyelesaikan pekerjaan rumah tangga, memberi perhatian & kasih sayang pada ibu, bersedia mendengarkan keluhan ibu, dan memberi informasi tentang penanganan anak autis. Ibu yang menghayati bahwa suaminya memberikan dukungan yang bermanfaat dapat mengurangi perasaan-perasaan negatif seperti sedih, kecewa, dan perasaan bersalah. Sarafino (1997) mengemukakan bahwa efektivitas dukungan tergantung dari penilaian individu. Dukungan akan menjadi efektif apabila dukungan tersebut dinilai adekuat oleh individu penerima, dalam hal ini adalah ibu.

Dukungan sosial yang diterima individu dari orang lain akan berhubungan dengan SWB yang dimilikinya. Hal ini sejalan dengan yang diungkapkan Major, Zubek, Cooper, Cozarelli, dan Richard (dalam Delamater & Mayer, 2004) bahwa persepsi individu mengenai dukungan positif yang berasal dari orang-orang terdekat berkaitan dengan kesejahteraan yang lebih baik. Hasil

penelitian Taylor et al. (2004) juga mengatakan bahwa dukungan sosial memberikan efek yang positif bagi kesehatan dan kesejahteraan individu.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan sebelumnya, diperoleh hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan SWB. Penelitian yang dilakukan oleh Gatari (2008) menunjukkan bahwa dukungan sosial mempunyai hubungan positif dengan kepuasan hidup dan afek menyenangkan, sedangkan berhubungan negatif dengan afek tidak menyenangkan pada ibu bekerja. Selain itu penelitian mengenai hubungan antara dukungan sosial dengan SWB juga dilakukan pada mahasiswa di Surakarta dan menunjukkan hubungan yang positif, artinya semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi pula SWB pada mahasiswa (Rohmad, 2014). Mengingat penelitian tentang dukungan sosial yang telah dilakukan sebelumnya masih bersifat umum, maka peneliti ingin meneliti dukungan sosial yang lebih spesifik yaitu dukungan sosial yang berasal dari suami.

Dukungan sosial yang diberikan suami dapat membantu ibu untuk mengurangi emosi negatif sehingga ibu lebih sering merasakan emosi positif. Emosi-emosi positif serta perasaan pada ibu yang memiliki anak autisme sangatlah penting dalam mengasuh anak autisme. Emosi positif dapat membuat ibu menjadi sejahtera dan ibu dapat merawat anak dengan baik sehingga anak autisme dapat berkembang. Selain itu, sikap positif ibu seperti dapat menerima anak autisme akan menunjukkan kondisi psikologis yang sehat dan akan berdampak positif bagi perkembangan anak autisme. Sebaliknya sikap negatif ibu akan menunjukkan kondisi psikologis yang tidak sehat dan akan berdampak negatif bagi perkembangan anak autisme (Price dalam Sembiring, 2011).

Berdasarkan hasil wawancara terhadap delapan orang ibu yang memiliki anak autisme di Yayasan “X”, diperoleh data bahwa lima orang subjek (62,5%) menghayati bahwa saat ini mereka merasa puas akan hidupnya, merasa lebih tenang, bahagia, lebih sejahtera, dapat menerima keadaan & menikmati saat-saat merawat anak, jarang mengeluh, serta lebih bersyukur.

Diantara lima subjek tersebut, dua diantaranya (25%) mengatakan bahwa mereka bisa memiliki relasi yang luas dengan orang banyak, lebih terbuka akan pengalamannya, dan lebih aktif dalam organisasi yang berkaitan dengan kegiatan sosial. Kemudian seorang subjek dari lima subjek (12,5%) juga mengungkapkan bahwa dirinya merasa bangga karena dapat merawat anak penyandang autisme, tetapi terkadang merasa frustrasi saat anak memunculkan perilaku autisme seperti berbicara dan melakukan gerakan berulang akan tetapi bila anak memperlihatkan perilaku yang baik sekecil apapun, subjek akan merasa senang. Tiga subjek lainnya (37,5%) mengungkapkan bahwa dirinya belum merasa sejahtera dan bahagia sepenuhnya karena masih banyak pikiran tentang perkembangan anaknya, lebih sering merasakan sedih, kecewa, kesal, marah, dan diliputi kecemasan akan masa depan anaknya, merasa tidak puas akan keadaan anak dan suka membandingkan dengan anak lain, merasa terbebani, dan merasa lelah secara fisik dan psikis dalam merawat anak.

Dari delapan subjek yang telah diwawancarai, didapat pula data mengenai penghayatan terhadap dukungan suami. Tiga subjek (37,5%) mengungkapkan meskipun mendapat dukungan dari suami seperti suami memberikan fasilitas yang dibutuhkan anak tetapi subjek menghayati bahwa suaminya kurang dapat membantu merawat anak dan terkadang malu memiliki anak autisme, selalu sibuk di luar rumah untuk bekerja, sering pulang malam, dan hanya ada di rumah saat akhir pekan sehingga subjek seringkali merasa kelelahan ketika mengasuh anaknya tanpa ditemani suami. Sedangkan lima subjek (62,5%) mengungkapkan bahwa bahwa dukungan suami berupa pemberian semangat, pujian, perhatian, empati serta bantuan langsung seperti ikut membantu subjek mengurus anak, dan mengurus pekerjaan rumah tangga dirasakan sangat membantu, membuat subjek merasa senang, lebih tenang dan merasa lebih diterima oleh suaminya.

Lima dari delapan subjek (62,5%) yang mendapat dukungan suami saat ini lebih sering merasakan emosi-emosi positif daripada emosi-emosi negatif, seperti merasa lebih tenang,

bahagia, lebih sabar, bersyukur, menjadi lebih semangat, dan lebih dapat menerima keadaan, bahkan merasa terharu sehingga lima subjek tersebut dapat dikatakan memiliki SWB yang tinggi. Sedangkan tiga subjek (37,5%) yang mendapat dukungan suami saat ini menghayati bahwa dirinya lebih sering merasakan emosi-emosi negatif daripada emosi-emosi positif, seperti sedih, marah, kesal, kecewa, dan cemas akan masa depan anak, seringkali mengeluh dan merasa kelelahan sehingga subjek tersebut dapat dikatakan memiliki SWB yang rendah.

Data yang didapat dari survey awal tersebut kurang sesuai dengan teori yang mengatakan bahwa dukungan dari orang terpenting seperti dukungan suami berhubungan dengan *positive affect* dan meningkatkan *life satisfaction*.

Berdasarkan fenomena dan hasil dari beberapa penelitian yang telah dipaparkan, maka peneliti tertarik untuk meneliti mengenai hubungan antara Dukungan Suami dengan *Subjective Well-Being* pada Ibu yang Memiliki Anak Autis di Yayasan “X” Kota Bandung.

1.2. Identifikasi masalah

Dari penelitian ini ingin diketahui derajat hubungan antara dukungan suami dengan *subjective well-being* pada ibu yang memiliki anak autis di Yayasan “X” Kota Bandung.

1.3. Maksud dan Tujuan Penelitian

1.3.1. Maksud Penelitian

Maksud dari penelitian yang dilakukan adalah untuk memperoleh gambaran mengenai dukungan suami dan *subjective well-being* pada ibu yang memiliki anak autis di Yayasan “X” di Kota Bandung.

1.3.2. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian yang dilakukan adalah untuk mengetahui derajat hubungan antara dukungan suami dengan *subjective well-being* pada ibu yang memiliki anak autis di Yayasan “X” di Kota Bandung.

1.4. Kegunaan penelitian

1.4.1. Kegunaan Teoretis

- Menambah wawasan dan informasi khususnya di bidang kajian psikologi positif mengenai hubungan dukungan sosial dengan *subjective well-being*.
- Dapat digunakan sebagai referensi bagi penelitian selanjutnya yang tertarik untuk melakukan penelitian yang berkaitan dengan dukungan sosial dari suami dan *subjective well-being*.

1.4.2. Kegunaan Praktis

- Memberikan informasi kepada Yayasan “X” mengenai gambaran *subjective well-being* pada ibu yang memiliki anak autis.
- Gambaran mengenai *subjective well-being* diharapkan berguna bagi Yayasan “X” dalam membuat program terutama untuk ibu yang memiliki *subjective well-being* serta penghayatan akan dukungan suami yang rendah.

1.5. Kerangka Pikir

Memiliki anak berkebutuhan khusus (ABK) memerlukan perhatian tersendiri. Salah satu ABK adalah *Autism Spectrum Disorder*. Orangtua yang memiliki anak autis seringkali mengalami tekanan sosial, terutama bagi ibu yang merupakan sosok yang banyak terlibat sehari-hari dalam pengasuhan anak. Tidak jarang setelah mengetahui bahwa anak yang dilahirkan mengalami autis, sebagian ibu terus menolak kehadiran anaknya. Banyak pikiran negatif yang muncul saat mengetahui hal tersebut, seperti rasa bersalah, malu, ketakutan akan masa depan, dan adanya stigma negatif dari masyarakat (Williams & Wright, 2004).

Anak autis senantiasa membutuhkan banyak perhatian dan pengawasan dari orang-orang disekitarnya dibandingkan anak normal sehingga keterbatasan yang dimiliki anak autis mengakibatkan stres yang tinggi bagi ibu yang mengasuhnya (Price, 2009). Ibu juga merasakan beban berat karena kesulitan dalam menghadapi berbagai perilaku yang diperlihatkan anaknya, seperti sulit berkomunikasi, bersosialisasi, dan menyakiti diri sendiri.

Emosi negatif dan beban dalam merawat anak autis yang dialami oleh seorang ibu di Yayasan “X” dapat membuat kesejahteraan ibu menjadi rendah. Kesejahteraan erat kaitannya dengan *Subjective Well-Being* (SWB). SWB didefinisikan sebagai penilaian individu terhadap kehidupannya yang meliputi penilaian kognitif mengenai kepuasan hidup dan penilaian afektif mengenai *mood* dan emosi (Diener & Lucas, 1999). Ibu yang memiliki anak autis di Yayasan “X” akan mengevaluasi kehidupannya tergantung penghayatannya.

Ibu yang memiliki anak autis dikatakan memiliki SWB yang tinggi apabila ibu tersebut mengalami kepuasan akan hidupnya, sering merasakan kegembiraan, dan jarang merasakan emosi yang tidak menyenangkan seperti sedih atau marah. Sebaliknya, ibu yang memiliki anak autis dikatakan memiliki SWB yang rendah apabila ibu tersebut tidak puas dengan hidupnya,

mengalami sedikit kegembiraan dan afeksi, serta lebih sering merasakan emosi negatif seperti marah atau cemas.

SWB memiliki dua komponen, yaitu komponen penilaian kognitif dan penilaian afektif. Komponen kognitif dikategorikan menjadi kepuasan hidup secara global (*life satisfaction*). Komponen kognitif menyangkut apa yang dipikirkan oleh ibu dari anak autis mengenai hidupnya secara keseluruhan. Komponen afektif dikategorikan menjadi penilaian mengenai afek positif dan afek negatif. Penilaian mengenai afek positif dialami ketika ibu dari anak autis merasakan emosi, *mood*, dan perasaan yang menyenangkan, begitu pula sebaliknya.

Komponen kepuasan hidup secara global (*life satisfaction*) menggambarkan persepsi seseorang mengenai perbandingan antara kondisi kehidupan aktual dengan standar kehidupan yang bersifat unik yang mereka miliki. Penilaian kognitif ini juga didasarkan pada keyakinan (*beliefs*) mereka akan kepuasan pada hidupnya. Indikator dari kepuasan hidup ini diantaranya adalah penilaian tentang standar kehidupan secara global, kepercayaan diri tentang kondisi kehidupan yang baik, kepuasan terhadap kehidupan, pencapaian hal-hal penting yang diinginkan dalam hidup, dan adanya hasrat untuk mengubah hidup menjadi lebih baik.

Ibu dari anak autis yang memiliki kepuasan hidup yang tinggi ditandai dengan persepsi positif terhadap kehidupan aktual saat ini yang sudah sesuai dengan standar kehidupan yang ideal yang ditentukan oleh ibu. Standar kehidupan setiap ibu akan berbeda-beda tergantung penilaian ibu terhadap kehidupan yang diinginkannya. Ibu merasa puas dengan kehidupan saat ini yang ditampilkan dengan perilaku ekstrovert seperti bersikap terbuka dengan lingkungan sekitarnya. Ibu juga memiliki kepuasan terhadap masa depan dengan menunjukkan perilaku optimis, merasa puas dengan masa lalu, serta tidak memiliki hasrat untuk mengubah masa lalu, melainkan ibu memiliki hasrat untuk mengubah kehidupannya di masa depan agar menjadi lebih baik.

Ibu dari anak autis yang memiliki kepuasan hidup yang rendah ditandai dengan persepsi negatif terhadap kondisi kehidupan aktual saat ini karena tidak sesuai dengan standar kehidupan yang ideal yang ditentukan oleh ibu. Ibu tidak memiliki kepuasan hidup saat ini yang ditampilkan dengan perilaku introvert seperti bersikap tertutup dengan lingkungannya. Ibu tidak memiliki kepuasan terhadap masa depan dengan menunjukkan perilaku pesimis. Selain itu ibu dari anak autis ini tidak merasa puas karena mereka tidak dapat mencapai hal-hal yang diinginkan dalam hidup dan ibu juga tidak puas terhadap kehidupan di masa lalu, serta memiliki hasrat untuk mengubah masa lalu.

Selain komponen kognitif, SWB juga meliputi komponen afektif. Komponen afektif termasuk *mood* dan emosi, karena menggambarkan penilaian dari peristiwa yang dialami oleh ibu yang memiliki anak autis di Yayasan “X”. Komponen afektif terbagi menjadi dua, yaitu afek positif dan negatif.

Afek positif merepresentasikan *mood* dan emosi yang bersifat menyenangkan yang dialami ibu yang memiliki anak autis seperti keceriaan, kesabaran, bangga, kasih sayang, dan kebahagiaan. Emosi positif atau menyenangkan adalah bagian dari SWB karena emosi-emosi tersebut merefleksikan reaksi ibu yang memiliki anak autis terhadap peristiwa-peristiwa yang menunjukkan bahwa hidup berjalan sesuai dengan apa yang diinginkan. Afek positif yang tinggi pada ibu dari anak autis dapat dilihat ketika mengasuh anak yang autis, dimana ibu merasa lebih sabar ketika merawat anak, lebih semangat, dan optimis akan perkembangan dan masa depan anaknya. Sementara itu bila ibu sering merasakan kesedihan atau kecewa berarti afek positif ibu tersebut rendah.

Afek negatif merepresentasikan *mood* dan emosi yang bersifat tidak menyenangkan yang dialami ibu yang memiliki anak autis seperti kemarahan, kebencian, perasaan tidak terima, penolakan, rasa bersalah, takut, dan cemas. Afek negatif yang tinggi pada ibu dari anak autis

dapat dilihat ketika ibu merasakan kesedihan, kecewa, menyalahkan diri sendiri, melakukan penolakan, serta kelelahan saat merawat anaknya. Bila ibu sering merasakan ketenangan atau keceriaan berarti afek negatif ibu tersebut rendah.

Hasil penelitian Smith et al. (2009) menunjukkan bahwa ibu yang memiliki anak autisme sangat memerlukan dukungan sosial dari lingkungan sekitar untuk mengurangi stres yang dihadapi. Dukungan sosial menurut Sarafino (2006) adalah perasaan kenyamanan, perhatian, penghargaan, atau bantuan yang diterima dari orang atau kelompok lain. Dukungan sosial yang diterima ibu dari anak autisme dapat berasal dari suami, saudara kandung dari penyandang autisme, orang tua, mertua, kerabat dekat, teman atau sahabat, serta dukungan yang diberikan oleh tetangga. Dukungan sosial yang terpenting adalah yang berasal dari suami, karena suami merupakan kepala keluarga sekaligus *partner* ibu dalam mengurus anak yang mengalami autisme. Suami yang memberi perhatian serta dapat diajak berbagi akan sangat membantu ibu yang memiliki anak autisme untuk mengurangi emosi-emosi negatif.

Dukungan suami yang dihayati ibu yang memiliki anak autisme di Yayasan “X” dapat membantu untuk mengatasi stres dan tekanan serta memberi kenyamanan sehingga SWB ibu menjadi tinggi. Dukungan sosial dibagi menjadi empat bentuk. Dukungan pertama adalah dukungan instrumental. Ibu yang menghayati dukungan instrumental yang tinggi dari suami dimana suami sering membantu ibu merawat anak, dan memberikan anggaran serta fasilitas, dapat berkaitan dengan penilaian kognitif dimana ibu memiliki persepsi bahwa suami dapat menjadi *partner* yang dapat diajak bekerja sama dalam memberikan pengasuhan terhadap anak sehingga beban yang dialami ibu dapat berkurang. Dukungan instrumental tinggi yang dihayati ibu juga berkaitan dengan penilaian afektif yaitu membuat ibu lebih sering merasa emosi positif seperti ceria atau senang. Persepsi dan emosi positif yang ditunjukkan oleh ibu dapat membuat SWB ibu menjadi tinggi. Sebaliknya ibu yang menghayati dukungan instrumental yang rendah

dari suami seperti suami yang jarang membantu, dan tidak memberikan fasilitas yang dibutuhkan, dapat membuat ibu memunculkan persepsi bahwa suami bukanlah *partner* yang mampu diajak bekerja sama dalam merawat anak, serta dapat berkaitan pula dengan penilaian afektif yaitu ibu lebih sering merasa cemas dan kecewa karena merasa suami tidak dapat membantu ibu dalam merawat anak. Persepsi buruk dan emosi negatif yang dirasakan ibu dapat membuat SWB ibu menjadi rendah.

Dukungan yang kedua adalah dukungan informasi. Ibu yang menghayati dukungan informasi yang tinggi dari suami dimana suami sering memberi saran, menyediakan informasi, memberi nasihat, dan petunjuk, dapat berkaitan dengan penilaian kognitif karena ibu memiliki persepsi bahwa suami dapat diandalkan dalam memberikan informasi yang dibutuhkan demi mendukung perkembangan anak. Dukungan informasi yang tinggi juga berkaitan dengan penilaian afektif dimana ibu merasa lebih tenang karena suami dapat memberikan informasi penting terkait penanganan anak autisme sehingga kecemasan yang ibu rasakan dapat berkurang dan membuat SWB ibu menjadi tinggi. Sebaliknya ibu yang menghayati dukungan informasi yang rendah dimana suami jarang memberikan saran dan umpan balik, dapat pula berkaitan dengan penilaian kognitif ibu karena ibu menganggap bahwa suami tidak dapat diandalkan dalam memenuhi kebutuhan akan informasi dalam menangani anak autisme. Dukungan informasi yang rendah yang dihayati ibu juga berkaitan dengan penilaian afektif yaitu ibu lebih sering merasakan emosi negatif seperti cemas dan kondisi stres pada ibu sulit untuk diatasi karena kurangnya informasi dalam menangani anak autisme. Penilaian kognitif yang buruk serta lebih sering merasakan emosi negatif dapat membuat SWB ibu menjadi rendah.

Dukungan yang ketiga adalah dukungan emosional. Ibu yang menghayati dukungan emosional yang tinggi dari suami seperti suami yang sering memberi empati, perhatian, kepedulian, dan perlindungan, dapat berkaitan dengan penilaian kognitif dimana ibu memiliki

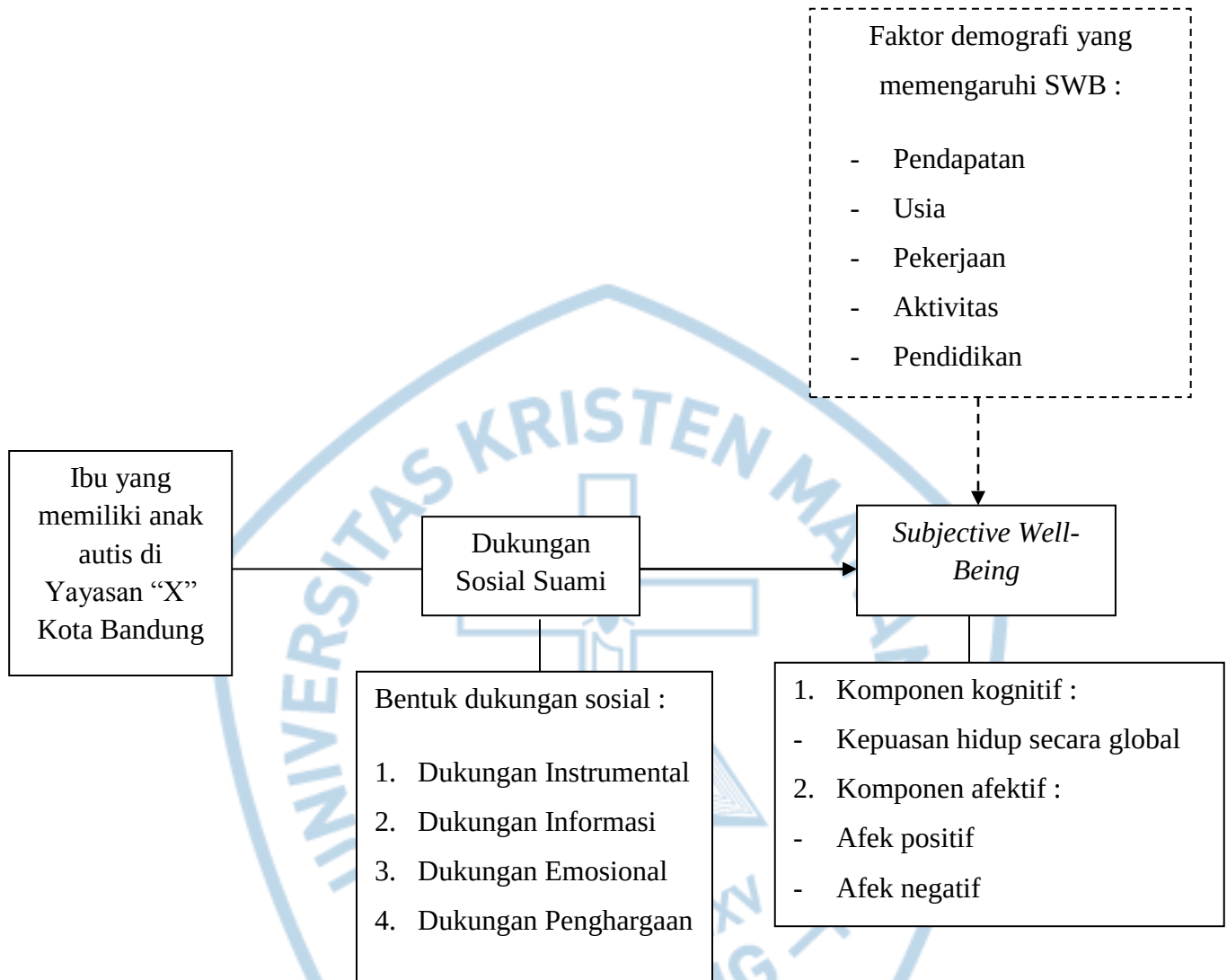
persepsi bahwa suami merupakan figur penting yang dapat membantu ibu mengatasi stres dan tekanan yang dialami ketika merawat anak. Dukungan emosional yang tinggi juga berkaitan dengan penilaian afektif dimana ibu akan merasa lebih nyaman, senang, tenang, dan merasa dicintai sehingga SWB ibu menjadi tinggi. Sebaliknya, ibu yang menghayati dukungan emosional yang rendah dari suami seperti suami yang jarang memberi perhatian, dan empati akan berkaitan dengan penilaian kognitif dimana ibu memiliki persepsi bahwa suami bukanlah figur yang dapat memberi ketenangan secara emosional terhadap ibu. Dukungan instrumental yang rendah yang dihayati ibu juga berkaitan dengan penilaian afektif dimana ibu lebih sering merasakan emosi negatif seperti kecewa dan marah karena suami tidak menunjukkan kepedulian. Penilaian kognitif yang buruk serta tingginya afek negatif membuat SWB ibu rendah.

Dukungan terakhir adalah dukungan penghargaan. Ibu yang menghayati dukungan penghargaan yang tinggi dari suami dimana suami sering menghargai ibu, memberi persetujuan atas pendapat ibu, dan juga memberi semangat, dapat berkaitan dengan penilaian kognitif dimana ibu memiliki persepsi bahwa suami dapat menjadi *partner* yang baik bagi ibu. Dukungan penghargaan yang tinggi juga dapat berkaitan dengan penilaian afektif ibu, yaitu ibu menjadi lebih semangat, ceria, senang dan bangga atas pujian dari suami sehingga SWB ibu menjadi tinggi. Sebaliknya ibu yang menghayati dukungan penghargaan yang rendah dari suami dimana suami jarang menghargai ibu, jarang memberi persetujuan atas pendapat ibu, dan jarang memberi semangat dapat pula berkaitan dengan penilaian kognitif dimana ibu memiliki persepsi bahwa suami tidak dapat menjadi *partner* yang baik. Dukungan penghargaan yang rendah yang dihayati ibu juga berkaitan dengan penilaian afektif, yaitu ibu lebih sering merasakan emosi negatif seperti merasa bersalah dan kecewa. sehingga SWB ibu menjadi rendah.

Selain komponen SWB, Wilson (dalam Diener & Oishi, 2005) menyatakan bahwa faktor demografi berkorelasi dengan SWB. Faktor demografi merupakan kondisi eksternal yang

mempengaruhi kepuasan hidup, misalnya seperti kesehatan, penghasilan, dan latar belakang pendidikan (Diener e al., 2003). Faktor demografi tersebut meliputi pendapatan, usia dan jenis kelamin, status pernikahan, pekerjaan, aktivitas, dan pendidikan.

Faktor demografi yang pertama adalah pendapatan (*income*). Pendapatan (*income*) yang dimiliki individu memiliki hubungan yang erat dengan SWB. Kebahagiaan individu akan meningkat bila pendapatannya juga bertambah. Faktor demografi selanjutnya adalah usia. Faktor usia juga memiliki sedikit pengaruh terhadap kebahagiaan individu. Selanjutnya terdapat faktor pekerjaan. Diketahui bahwa individu yang bekerja akan memiliki tingkat SWB yang lebih tinggi daripada yang tidak bekerja. Lamanya waktu bekerja juga mempengaruhi kebahagiaan. Pekerjaan yang dilakukan individu akan memberikan rasa aman, bisa menemukan hubungan sosial positif dengan orang lain karena adanya interaksi, dan bisa mendapatkan kembali identitas diri. Kemudian faktor aktivitas dimana aktivitas yang dilakukan individu memberikan ide bahwa keterlibatan aktif terhadap suatu kegiatan menyebabkan kebahagiaan (Pavot & Diener, 2004). Faktor demografi yang terakhir adalah pendidikan. Menurut Penelitian Campbell (1981) di Amerika Serikat, pendidikan memiliki pengaruh bagi SWB meskipun pengaruhnya tidak terlalu kuat.



Bagan 1.1 Kerangka Pemikiran

1.6. Asumsi Penelitian

- Ibu yang memiliki anak autisme dapat mengalami berbagai kesulitan yang membuat derajat *subjective well-being* yang dimilikinya rendah.
- Derajat *subjective well-being* dibentuk melalui komponen-komponennya, yaitu komponen kognitif dan afektif.
- Kesulitan menghadapi anak autisme dapat diatasi melalui dukungan suami sebagai *partner* ibu dalam merawat anak.
- Penghayatan akan dukungan suami adalah salah satu faktor yang dapat memengaruhi komponen *subjective well-being* pada ibu yang memiliki anak autisme.

1.7. Hipotesis Penelitian

Terdapat hubungan positif antara dukungan suami dengan *subjective well-being* pada ibu yang memiliki anak autisme di Yayasan “X” Kota Bandung.