

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Masalah

Anak merupakan bagian dari keluarga, dimana sebagian besar kelahiran disambut bahagia oleh anggota keluarganya, setiap orang tua mengharapkan anak yang sehat, pintar, dan dapat berkembang seperti anak pada umumnya. Namun, tidak semua harapan orang tua itu terwujud. Secara tidak terduga beberapa ibu melahirkan anak berkebutuhan khusus. Salah satunya adalah autis. Ketika ibu baru mengetahui bahwa anak mereka autis reaksi yang muncul berbeda-beda. Ada yang menerima ada pula yang tidak.

Di Indonesia sendiri diketahui pertumbuhan angka autisme pada anak-anak mengalami kenaikan yang sangat signifikan. Hal ini dapat dibuktikan melalui data, pada tahun 2008, Menteri Kesehatan Siti Fadillah Supari mengatakan bahwa pada tahun 2004, di Indonesia jumlah anak autis tercatat sebanyak 475.000 penderita dan sekarang diperkirakan setiap 1 dari 150 anak yang lahir menunjukkan ciri- ciri autisme (Kompas, 2000). Menurut data yang dikeluarkan oleh Badan Pusat Statistik, jumlah penderita gangguan autis di Indonesia pada tahun 2010 diperkirakan mencapai 2,4 juta jiwa. Pada tahun tersebut jumlah penduduk Indonesia mencapai 237,5 juta jiwa dengan laju pertumbuhan 1,14%. Jumlah penderita gangguan autis di Indonesia diperkirakan mengalami peningkatan sekitar 500 orang setiap tahunnya (BPS, 2010). Pada tahun 2015 diperkirakan terdapat kurang lebih 12.800 anak penyandang autis dan 134.000 penyandang spektrum autis di Indonesia (BPS, 2016).

*Autistic Spectrum Disorder (ASD)* merupakan suatu gangguan perkembangan yang ditandai dengan adanya kekurangan pada aspek komunikasi dan interaksi sosial,

kesulitan dalam melakukan komunikasi verbal dan non verbal, tingkah laku terbatas dan berulang, serta berbagai gejala lainnya (*American Psychiatric Association, 2000*). Berdasarkan Pedoman Penggolongan Diagnostik Gangguan Jiwa (PPDGJ III), gangguan autis terjadi pada masa perkembangan anak sebelum memasuki usia 36 bulan. Penyandang autis ini menyerang sekitar 2 sampai 20 orang dari 10.000 orang dalam suatu populasi (Jeffrey, dkk, 2005) dan pada umumnya penyandang autis lebih banyak terjadi pada anak laki-laki yaitu 3 – 4 kali lebih banyak dibandingkan dengan anak perempuan.

Ciri - ciri autisme mulai tampak sebelum usia 3 tahun, bisa terjadi tanpa memandang lapisan sosial ekonomi, tingkat pendidikan orang tua, ras, etnik maupun agama, dengan ciri fungsi abnormal dalam tiga bidang: interaksi sosial, komunikasi, dan perilaku yang terbatas dan berulang, sehingga kesulitan mengungkapkan perasaan maupun keinginannya yang mengakibatkan hubungan dengan orang lain menjadi terganggu. Hambatan perkembangan yang dialami anak autistik menyebabkan mereka tidak belajar dengan cara yang sama seperti anak lain seusianya dan belajar jauh lebih sedikit dari lingkungannya bila dibandingkan dengan anak lain (autisme, 2005).

Adapun gejala - gejala yang muncul pada anak autis antara lain hambatan komunikasi seperti penggunaan kata-kata yang tidak sesuai dengan makna yang dimaksud dan lebih sering berkomunikasi dengan menggunakan *gesture* dari pada kata-kata; perhatian sangat kurang (autisme,2005). Selain hambatan komunikasi anak autis juga mengalami hambatan interaksi sosial. Mereka lebih senang menyendiri dari pada bersama orang lain; menunjukkan minat yang sangat kecil untuk berteman; respon terhadap isyarat sosial seperti kontak mata dan senyuman sangat minim. Hambatan Sensorik, mempunyai sensitifitas indra (penglihatan, pendengaran, peraba, pencium dan perasa) yang sangat tinggi atau bisa pula sebaliknya (autisme,2005).

Hambatan Perilaku, bisa berperilaku hiper-aktif; marah tanpa sebab jelas; perhatian yang sangat besar pada suatu benda; menampakkan agresi pada diri sendiri dan orang lain; mengalami kesulitan dalam perubahan rutinitas (autisme,2005).

Banyaknya hambatan – hambatan seperti hambatan komunikasi, hambatan interaksi sosial dan perilaku pada anak autis menyebabkan ibu merasa sedih, stress dan bingung dalam menangani anak autis. Akibat dari kebingungan yang dialami oleh salah satu ibu dari anak autis, ibu tersebut membentuk suatu komunitas di kota Bandung. Komunitas tersebut akhirnya berkembang menjadi sekolah dan pusat terapi **X**. Pusat terapi tersebut mengadakan pertemuan orang tua murid sebulan sekali, khususnya ibu. Hal – hal yang mereka lakukan adalah *sharing* mengenai penanganan terhadap anak autis. Selain itu ibu juga berkesempatan bertemu dengan terapis untuk membahas apa saja yang dilakukan selama proses terapi berlangsung. Sehingga ibu diharapkan ikut berperan aktif dalam proses terapi dengan cara mengulangi setiap kegiatan terapi di rumah. Selain ibu, anggota keluarga lain seperti ayah, kakak dan adik juga diharapkan dapat turut serta dalam mengasuh anak autis.

Terdapat berbagai kesulitan yang dialami ibu dengan anak autis seperti, orang lain merasa terganggu dengan keberadaan anak autis karena sering menampilkan perilaku yang aneh, kemampuan kognitif yang buruk sehingga membuat ibu harus lebih sabar dalam menangani anak autis, adanya anggota keluarga lain seperti anak, suami ataupun mertua yang belum bisa menerima kondisi anak autis, serta dibutuhkan biaya yang tidak sedikit untuk memenuhi kebutuhan anak autis seperti biaya terapi, sekolah khusus maupun biaya hidup sehari – hari.

Kesulitan – kesulitan tersebut membuat ibu merasa bersalah dan cenderung menyalahkan diri sendiri bahkan orang lain, seperti dokter, perawat ataupun pihak rumah sakit atas kondisi anaknya yang autis. Selain itu, akibat dari banyaknya stigma

negatif dari orang lain mengenai anak autis, ibu menjadi tidak bisa menjalin hubungan baik dengan orang lain sehingga ibu cenderung menarik diri dari lingkungan. Akibatnya ibu menjadi tertekan dan lelah karena ibu merasa tidak mendapatkan dukungan dari orang lain, serta adanya tuntutan pengasuhan terhadap anak autis yang tidak mudah bagi ibu karena keterbatasan yang dimiliki anak autis membuat ibu harus lebih sabar mendidik anak autis dibandingkan anak lainnya.

Hal – hal tersebut dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) mereka. Ryff (1995) mendefinisikan *psychological well being* atau kesejahteraan psikologis sebagai keadaan dimana seseorang memiliki evaluasi positif atas diri dan masa lalunya (*self – acceptance*), ketetapan diri (*autonomy*), hubungan yang berkualitas dengan orang lain (*positive relations with others*), kemampuan untuk mengatur kehidupannya dan lingkungan di sekitarnya (*environmental mastery*), pertumbuhan dan perkembangan yang berkelanjutan sebagai seorang pribadi (*personal growth*), serta kepercayaan bahwa hidupnya memiliki tujuan dan makna (*purpose in life*).

Menurut Ryff, *self acceptance* merupakan inti dari kondisi *psychological well being*. Jika ibu yang memiliki anak autis mengetahui kelebihan dan kekurangan yang ia miliki (*self acceptance*), maka ibu mampu menentukan tujuan hidupnya (*purpose in life*). Sehingga, ibu dapat mengatur segala aktifitasnya dan dapat membagi waktu antara mengurus anak autis dengan aktifitasnya di luar rumah (*environmental mastery*). Aktifitas yang ibu lakukan dapat membantu ibu menjadi pribadi yang terus berkembang (*personal growth*). Kondisi *psychological well-being* pada ibu tidak terbentuk begitu saja. Menurut Ryff dan Singer, terdapat faktor - faktor yang mempengaruhi pembentukan *psychological well-being* yaitu, usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, status sosial dan ekonomi serta dukungan sosial.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Litwin 2006, Keberadaan keluarga dan jaringan sosial yang memberikan dukungan kepada seseorang menunjukkan kontribusi terhadap peningkatan *psychological well-being*. Seseorang yang mendapatkan dukungan sosial memiliki *psychological well being* yang tinggi (Ryff,1998). Sebaliknya seseorang yang kurang mendapatkan dukungan sosial memiliki *psychological well being* yang rendah (Ryff,1998). Begitupun dengan ibu yang memiliki anak autis. Ibu yang mendapatkan dukungan dan bantuan dari orang lain memiliki perasaan nyaman untuk bergaul dengan lingkungan sekitar, sehingga ibu bisa lebih terbuka untuk menceritakan kesulitannya kepada orang lain dan ibu dapat mengatasi kesulitannya. Hal tersebut dapat meningkatkan *psychological well being* pada ibu yang memiliki anak autis. Sebaliknya ibu yang tidak mendapatkan dukungan sosial harus berjuang sendiri untuk mengatasi kesulitannya dalam mengurus anak autis. Hal tersebut membuat ibu seringkali merasa lelah dan kadang – kadang bosan dengan hidupnya.

Sarason, dkk., menyatakan *social support* atau dukungan sosial adalah keberadaan, kesediaan, kepedulian dari orang-orang yang dapat diandalkan, menghargai, dan menyayangi kita. Terdapat aspek dukungan sosial yaitu pendekatan berdasarkan kuantitas yang merupakan persepsi individu terhadap sejumlah orang yang dapat diandalkan, dan pendekatan berdasarkan kualitas yang merupakan persepsi individu bahwa kebutuhannya terpenuhi atau tidak terpenuhi.

Berdasarkan hasil survei, Ibu yang memiliki anak autis di Pusat Terapi “X” Bandung memerlukan usaha yang lebih besar untuk mengasuh anak autis, karena penanganan terhadap anak autis memerlukan biaya yang lebih besar untuk sekolah khusus, guru pendamping, berbagai jenis terapi, seperti : terapi wicara, terapi perilaku dan kebutuhan sehari – hari. Pada Pusat Terapi “X” Bandung terdapat 10 ibu

yang memiliki anak autis, dengan kondisi dimensi kesejahteraan psikologis dan dukungan sosial yang berbeda – beda.

Ibu anak autis memiliki kondisi dukungan sosial dan *self acceptance* yang beragam, diantaranya terdapat 40 % ibu merasa bantuan yang di dapat banyak (kuantitas), dan ibu merasa puas dengan bantuan yang diterima (kualitas). Ibu tersebut dapat menerima keadaan anaknya yang autis, ibu tidak merasa malu memiliki anak autis, dan tidak menyalahkan diri sendiri maupun orang lain atas kondisi anaknya. Namun, 60% ibu merasa bantuan yang didapat sedikit (kuantitas) dan ibu merasa tidak puas dengan bantuan yang diterima (kualitas). Ibu tersebut merasa menyesal dengan pengalaman masa lalu karena adanya kesalahan dari pihak rumah sakit ketika proses persalinan, mengkonsumsi obat ketika hamil, yang menyebabkan anaknya menjadi autis.

Ibu anak autis memiliki kondisi dukungan sosial dan *autonomy* yang beragam, diantaranya terdapat 50% ibu merasa bantuan yang di dapat banyak (kuantitas), dan ibu merasa puas dengan bantuan yang diterima (kualitas). Ibu tersebut tidak bergantung dengan bantuan orang lain, jadi ibu juga bisa mengurus anaknya sendiri jika tidak ada orang lain, serta ibu dapat mengambil keputusan sendiri mengenai apa yang akan ia lakukan seperti apa yang harus ia lakukan ketika anaknya yang autis sedang *tantrum*. Namun, 50% ibu merasa bantuan yang didapat sedikit (kuantitas) dan ibu merasa tidak puas dengan bantuan yang diterima (kualitas). Ibu tersebut merasa tidak dapat mengurus anak autis sendirian, sehingga ibu sangat bergantung kepada orang lain seperti *baby sitter*, suami ataupun orang tua dalam mengurus anak autis.

Ibu anak autis memiliki kondisi dukungan sosial dan *purpose in life* yang beragam, diantaranya terdapat 70% ibu merasa bantuan yang di dapat banyak

(kuantitas), dan ibu merasa puas dengan bantuan yang diterima (kualitas). Ibu tersebut memiliki rencana yang telah dibuat untuk perkembangan anaknya, seperti menentukan tempat atau tingkatan sekolah buat anaknya, menentukan pengembangan minat seperti mengkursuskan anaknya ke suatu lembaga keterampilan. Namun, terdapat 30% ibu merasa bantuan yang didapat sedikit (kuantitas) dan ibu merasa tidak puas dengan bantuan yang diterima (kualitas). Ibu tersebut merasa belum memiliki rencana jangka panjang untuk perkembangan anaknya sehingga yang ibu lakukan saat ini hanya mengikuti terapi saja.

Ibu anak autis memiliki kondisi dukungan sosial dan *personal growth* yang beragam, diantaranya terdapat 80% ibu merasa bantuan yang di dapat banyak (kuantitas), dan ibu merasa puas dengan bantuan yang diterima (kualitas). Ibu tersebut dapat mengembangkan kemampuan yang ada pada dirinya, seperti menambah pengetahuan dengan cara membaca buku atau mengikuti seminar yang berkaitan dengan cara penanganan dan pengasuhan anak autis. Namun, terdapat 20% ibu merasa bantuan yang didapat sedikit (kuantitas) dan ibu merasa tidak puas dengan bantuan yang diterima (kualitas). Ibu tersebut merasa tidak ada waktu untuk dapat mengembangkan potensi dalam dirinya karena waktunya habis untuk mengurus anaknya yang autis, sehingga ibu jarang bahkan tidak pernah membaca buku atau mengikuti kegiatan lain yang bertujuan untuk menambah wawasan ibu.

Ibu anak autis memiliki kondisi dukungan sosial dan *environmental mastery* yang beragam, diantaranya terdapat 30% ibu merasa bantuan yang di dapat banyak (kuantitas), dan ibu merasa puas dengan bantuan yang diterima (kualitas). Ibu tersebut dapat membagi waktu antara mengurus anak autis dengan kegiatan yang lain, seperti mengikuti pengajian, bertemu dan berbincang – bincang dengan teman yang lain. Namun, terdapat 70% ibu merasa bantuan yang didapat sedikit (kuantitas) dan ibu

merasa tidak puas dengan bantuan yang diterima (kualitas). Ibu tersebut merasa kesulitan membagi waktu antara kegiatan lain dengan mengurus anak autis, ibu merasa kesulitan mencari waktu untuk melakukan hobi ataupun kegiatan yang disenangi karena waktu mereka banyak dihabiskan untuk mengasuh anak mereka.

Ibu anak autis memiliki kondisi dukungan sosial dan *positive relation with other* yang beragam, diantaranya terdapat 70% ibu merasa bantuan yang di dapat banyak (kuantitas), dan ibu merasa puas dengan bantuan yang diterima (kualitas). Ibu tersebut dapat menjalin relasi sosial dengan orang lain, ibu dapat bergaul dengan orang lain selain dengan ibu yang memiliki anak autis, ibu memiliki teman dekat sehingga ada teman yang bisa diajak berdiskusi ketika ibu merasa kesulitan. Namun, terdapat 30% ibu merasa bantuan yang didapat sedikit (kuantitas) dan ibu merasa tidak puas dengan bantuan yang diterima (kualitas). Ibu tersebut merasa tidak memiliki teman dekat dan tidak punya teman yang bisa ia ajak diskusi ketika ibu merasa kesulitan.

Berdasarkan kondisi serta berbagai masalah yang dialami oleh ibu yang memiliki anak autis. Maka, peneliti tertarik untuk meneliti kontribusi *social support* terhadap dimensi *psychological well being* pada ibu yang memiliki anak autis.

## 1.2 Identifikasi Masalah

Dari penelitian ini ingin mengetahui seberapa besar kontribusi *social support* terhadap dimensi *psychological well being* pada ibu yang memiliki anak autis di Pusat Terapi “X” Bandung.

### 1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian

#### 1.3.1 Maksud

Maksud penelitian adalah untuk memperoleh gambaran mengenai kontribusi *social support* terhadap dimensi *psychological well being* pada Ibu yang memiliki anak autis.

#### 1.3.2 Tujuan

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada kontribusi *social support* terhadap dimensi *psychological well being* pada ibu yang memiliki anak autis.

### 1.4 Kegunaan Penelitian

#### 1.4.1 Kegunaan Teoritis

1. Memberikan informasi mengenai kontribusi *social support* terhadap dimensi *psychological well being* ke dalam bidang ilmu psikologi positif khususnya pada ibu yang memiliki anak autis.
2. Memberikan informasi bagi peneliti lain yang ingin meneliti lebih lanjut mengenai kontribusi *social support* terhadap dimensi *psychological well being* pada ibu yang memiliki anak autis.

#### 1.4.2 Kegunaan Praktis

1. Memberikan informasi kepada ibu dan keluarga dari anak autis di Pusat Terapi “X” Bandung mengenai kontribusi dukungan sosial yang akan mempengaruhi dimensi *psychological well being* pada ibu yang memiliki anak autis.
2. Memberikan informasi pada pengurus di Pusat Terapi “X” Bandung mengenai gambaran kontribusi *social support* terhadap dimensi *psychological*

*well being* pada ibu yang memiliki anak autis sebagai pertimbangan untuk membuat program yang dibutuhkan.

### 1.5 Kerangka Pemikiran

Setiap ibu pada dasarnya ingin memiliki anak yang dapat berkembang sesuai dengan tahap perkembangan, namun ada kalanya beberapa ibu melahirkan anak berkebutuhan khusus (ABK). Salah satu ABK adalah *Autistic Spectrum Disorder* atau lebih dikenal dengan istilah autis. *Autistic Spectrum Disorder* atau autis adalah gangguan perkembangan yang kompleks dengan karakteristik hambatan pada fungsi sosial, bahasa dan komunikasi, serta tingkah laku, dan minat yang tidak biasa. Autis mencakup seluruh aspek yang meliputi interaksi anak dalam dunianya, melibatkan banyak bagian dalam otak, dan melemahkan sifat tanggung jawab sosial, kemampuan komunikasi, dan perasaan kepada orang lain (Mash & Wolf, 2010).

Terdapat berbagai tantangan yang harus dihadapi oleh ibu yang memiliki anak autis. Pertama, tidak semua orang bisa menerima kondisi anaknya yang autis terkadang orang yang berada di lingkungan sekitar sangat terganggu dengan kondisi anaknya terutama ketika sedang *tantrum*, sehingga ibu harus memberikan penjelasan kepada orang tersebut. Kedua, ibu harus lebih sabar dalam mengajari anaknya yang autis karena kemampuan kognitif mereka berbeda dengan anak lain yang normal. Ketiga, dibutuhkan biaya yang tidak sedikit untuk biaya anak autis seperti biaya terapi, sekolah khusus maupun biaya hidup sehari – hari.

Dalam menghadapi berbagai tantangan tersebut ibu membutuhkan dukungan sosial dari orang lain. Sarason, dkk., menyatakan *social support* atau dukungan sosial adalah persepsi individu mengenai keberadaan, kesediaan, kepedulian dari orang-orang yang dapat diandalkan, menghargai, dan menyayangi kita. Pada ibu anak autis dukungan sosial adalah persepsi mengenai keberadaan, kesediaan, kepedulian dari

sumber – sumber dukungan sosial seperti suami, keluarga inti, anak, orang tua, saudara ataupun dari lingkungan terdekat yang dapat diandalkan, menghargai, dan menyayangi ibu anak autis. Ibu dapat menilai dukungan sosial berdasarkan aspek – aspeknya yaitu kuantitas dan kualitas.

Dukungan sosial dikatakan tinggi jika ibu mempersepsi bahwa banyak orang yang dapat membantu dirinya ketika ibu membutuhkan bantuan (kuantitas) dan ibu merasa puas dengan bantuan yang dia terima karena kebutuhannya sudah terpenuhi (kualitas). Sebaliknya, ibu yang memiliki dukungan sosial yang rendah mempersepsi bahwa hanya sedikit orang yang dapat membantu dirinya ketika ibu membutuhkan bantuan (kuantitas) dan ibu merasa tidak puas dengan bantuan yang diterima karena bantuan tersebut tidak dapat meringankan beban dirinya (kualitas).

Menurut Ryff dan Singer, 1998 salah satu aspek dalam lingkungan yang memiliki pengaruh penting terhadap pembentukan *psychological well-being* adalah dukungan sosial. Persepsi ibu terhadap dukungan sosial akan mempengaruhi penilaian mereka terhadap kehidupan yang mereka jalani. Jika ibu dapat mengatasi setiap tantangannya maka ibu memiliki kemampuan untuk menerima segala kekurangan dan kelebihan dirinya, mandiri, mampu membina hubungan yang positif dengan orang lain, dapat menguasai lingkungannya seperti ibu dapat beradaptasi dengan lingkungan, memiliki tujuan dalam hidup, serta terus mengembangkan pribadinya. Hal inilah yang disebut Carol Ryff sebagai *psychological well being*. *Psychological well being* memiliki 6 dimensi. Tiap dimensinya menjelaskan bagaimana kemampuan seseorang dapat berfungsi secara positif dalam menghadapi tantangan-tantangan hidupnya. Dimensi tersebut antara lain *self-acceptance*, *positive relationship with others*, *autonomy*, *environmental mastery*, *purpose in life*, dan *personal growth*.

Penerimaan diri (*self acceptance*) yang tinggi merupakan kemampuan ibu yang memiliki anak autisme dalam menerima kondisi anaknya, mengetahui kelebihan dan kekurangan pada dirinya serta memiliki sikap positif pada kehidupan masa lalu. Sedangkan penerimaan diri yang rendah pada ibu yang memiliki anak autisme ditandai dengan perasaan tidak puas terhadap diri sendiri, kecewa terhadap apa yang terjadi di masa lalu, terganggu dengan sifat-sifat tertentu yang dimiliki.

Hubungan Positif dengan Orang Lain (*Positive Relations with Others*) yang tinggi pada ibu yang memiliki anak autisme ditandai dengan kemampuan ibu untuk membina hubungan yang hangat, memuaskan dan saling percaya dengan orang lain; seperti suami, tetangga, teman, tetangga dan lain - lain, memiliki perhatian terhadap kesejahteraan orang lain, dapat menunjukkan rasa empati, rasa sayang dan keintiman serta memiliki konsep dalam memberi dan menerima dalam hubungan sesama manusia. Sebaliknya, ibu yang tidak memiliki hubungan dekat dengan orang lain yang rendah akan susah untuk bersikap hangat, tidak terbuka dan memberikan sedikit perhatian terhadap orang lain berarti memiliki tingkatan yang kurang baik dalam dimensi ini.

Otonomi (*Autonomy*) yang tinggi pada ibu yang memiliki anak autisme ditunjukkan dengan kemampuan ibu untuk menjadi pribadi yang mandiri, mampu menolak tekanan sosial untuk berpikir dan bertindak laku dengan cara tertentu, mampu mengatur tingkah laku diri sendiri dan mengevaluasi diri sendiri dengan standar pribadi. Sebaliknya, ibu yang terlalu memikirkan ekspektasi dan evaluasi dari orang lain, bergantung pada orang lain untuk mengambil suatu keputusan serta cenderung untuk bersikap conform terhadap tekanan sosial, menandakan individu tersebut memiliki tingkat otonomi rendah.

Penguasaan Lingkungan (*Environmental Mastery*) yang tinggi pada ibu yang memiliki anak autis ditandai dengan kemampuannya untuk memilih dan menciptakan sebuah lingkungan yang sesuai dengan kebutuhan dan nilai-nilai pibadinya dan memanfaatkan secara maksimal sumber-sumber peluang yang ada di lingkungan. Ibu juga mampu mengembangkan dirinya secara kreatif melalui aktivitas fisik maupun mental. Sedangkan ibu yang memiliki kemampuan penguasaan lingkungan yang rendah kurang dapat menguasai lingkungannya akan mengalami kesulitan mengatur kegiatan sehari-hari, merasa tidak mampu untuk mengubah atau meningkatkan apa yang ada diluar dirinya serta tidak menyadari peluang yang ada di lingkungan.

Tujuan Hidup (*Purpose in Life*) yang tinggi pada ibu yang memiliki anak autis terlihat dari kemampuan ibu untuk menentukan tujuan hidup yang baik, memiliki target dan cita-cita serta merasa bahwa baik kehidupan di masa lalu dan sekarang memiliki makna tertentu. Ibu tersebut juga memegang teguh kepercayaan tertentu yang dapat membuat hidupnya lebih berarti. Sedangkan, ibu yang memiliki tujuan hidup yang rendah tidak memiliki tujuan dalam hidup, tidak melihat adanya manfaat dari masa lalu dan kurang memiliki target dan cita-cita, menandakan bahwa individu tersebut kurang memiliki dimensi tujuan hidup yang baik.

Pertumbuhan Diri (*Personal Growth*) yang tinggi terlihat dari ibu memiliki kemampuan untuk mengembangkan diri, melihat diri sendiri sebagai sesuatu yang terus tumbuh, menyadari potensi-potensi yang dimiliki dan mampu melihat peningkatan dalam diri dan tingkah laku dari waktu ke waktu. Sedangkan, ibu yang rendah dalam pertumbuhan diri mempunyai perasaan bahwa ia adalah seorang yang stagnan, kurang peningkatan dalam perilaku dari waktu ke waktu, merasa bosan dengan hidup dan tidak mampu mengembangkan sikap dan perilaku yang baru.

Dukungan sosial berkontribusi terhadap pembentukan *psychological well being* yang dapat meningkatkan kondisi *psychological well being* seseorang (Ryff,1995). Menurut Sarason dkk, aspek kuantitas merupakan inti dari penilaian dukungan sosial. Walaupun bantuan yang diterima sedikit, jika orang tersebut merasa puas dengan bantuan yang diterima maka dukungan sosial dapat dikatakan tinggi. Begitupun dengan ibu yang memiliki anak autis. Ibu yang mendapatkan sedikit dukungan dan bantuan dari orang lain (kuantitas), namun dukungan dan bantuan tersebut dipersepsikan oleh ibu puas (kualitas) maka ibu dapat merasa nyaman untuk bergaul dengan lingkungan sekitar (*environmental mastery*), sehingga ibu bisa lebih terbuka untuk menceritakan kesulitannya kepada orang lain (*positive relation with others*) dan ibu dapat mengatasi kesulitannya sendiri (*autonomy*). Ibu juga mengetahui kelebihan dan kekurangan yang ibu miliki (*self acceptance*), sehingga ibu dapat menentukan apa yang akan ia lakukan baik itu untuk masa depan ibu ataupun anaknya (*purpose in life*), hal tersebut membantu ibu untuk bisa mengembangkan dirinya (*personal growth*). Ibu yang mendapatkan dukungan sosial memiliki *psychological well being* yang tinggi. Sedangkan ibu yang tidak mendapatkan dukungan sosial harus berjuang sendiri untuk mengatasi kesulitannya dalam mengurus anak autis. Hal tersebut membuat ibu seringkali merasa lelah dan kadang – kadang bosan dengan hidupnya. Ibu yang kurang mendapatkan dukungan sosial memiliki *psychological well being* yang rendah.

Dukungan sosial dapat membantu perkembangan pribadi kearah yang lebih positif dan memberi *support* pada ibu yang memiliki anak autis dalam menghadapi masalah hidup sehari - hari. Pada individu dewasa, semakin tinggi tingkat interaksi sosialnya maka semakin tinggi pula *psychological well being* nya. Sebaliknya ibu yang tidak mempunyai teman dekat cenderung mempunyai tingkat *psychological well*

*being* yang rendah (Kramer, dalam Hoyer,2003). Oleh karena itu, dukungan sosial dipandang memiliki dampak besar bagi *psychological well being*.

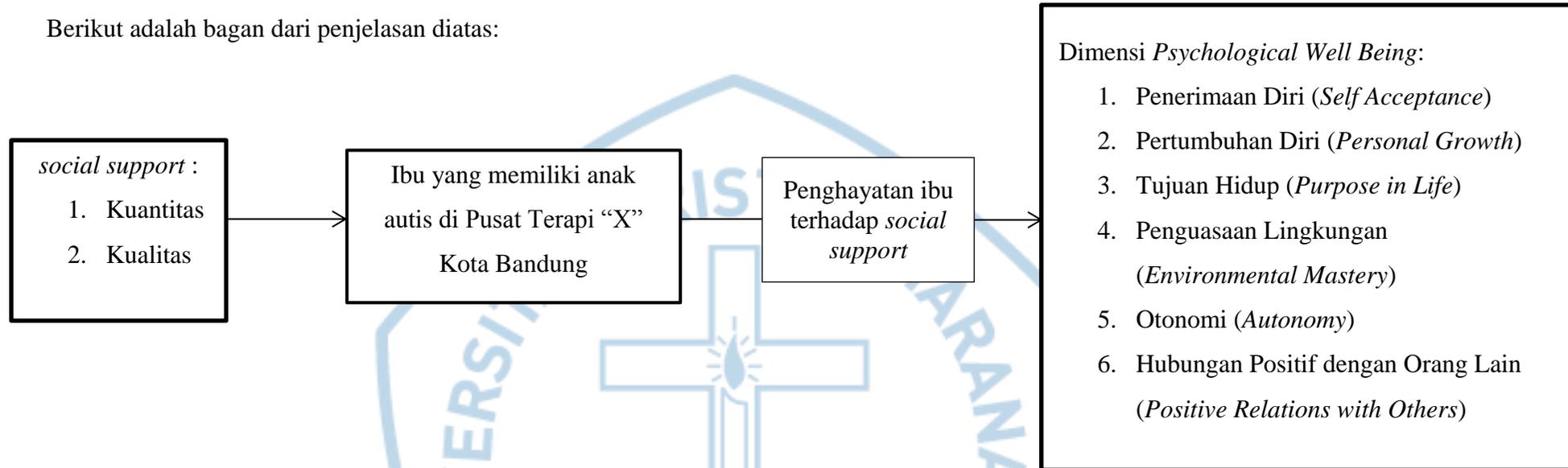
Dukungan sosial yang diterima ibu memiliki makna tersendiri bagi setiap ibu. Jika ibu merasa dukungan sosial yang diterima dari orang lain banyak (kuantitas) dan dukungannya berarti (kualitas) maka ibu akan merasa nyaman untuk bergaul di lingkungan sekitarnya (*environmental mastery*), sehingga ibu dapat membina hubungan yang baik dengan orang – orang yang berada di dekat ibu, seperti ibu dapat membina hubungan baik dengan suami, anak, anak autis, orang tua ibu, orang tua anak autis dan orang – orang yang ada di sekitar ibu (*positive relation with other*). Dampak yang ibu rasakan dari membina hubungan yang baik adalah ibu bisa menerima kejadian yang pernah terjadi di masa lalu (*self acceptance*) serta ibu dapat mengambil pembelajaran dari kejadian yang pernah dialaminya (*autonomy*) dan ibu dapat mengembangkan potensi yang dimiliki oleh diri ibu (*personal growth*) sehingga tujuan hidup (*purpose in life*) yang dimiliki oleh ibu dapat tercapai. Hal tersebut dapat mempengaruhi *psychological well being* ibu menjadi lebih baik.

Sebaliknya ibu yang merasa kurang mendapatkan dukungan sosial (kuantitas) dan dukungan yang diberikan tidak berarti (kualitas) bagi ibu maka, ibu memiliki perasaan tidak nyaman untuk bergaul dengan lingkungan sekitar (*environmental mastery*). Hal tersebut dapat menghambat ibu dalam menjalin hubungan dengan orang lain (*positive relation with others*), karena ibu tidak mendapatkan dukungan maka ibu akan selalu menyesal dengan hal yang pernah terjadi di masa lalu (*self acceptance*), sehingga ibu tidak bisa menentukan tujuan hidupnya karena terpaku dengan masa lalu (*purpose in life*). Ibu yang tidak memiliki tujuan hidup akan sulit untuk mengembangkan diri sehingga tidak ada perubahan dalam hidupnya (*personal growth*), sehingga ibu akan kesulitan untuk dapat mengambil keputusan dalam

hidupnya (*autonomy*). Hal tersebut dapat mempengaruhi *psychological well being* ibu menjadi rendah.



Berikut adalah bagan dari penjelasan diatas:



Bagan 1.1 Kerangka Pemikiran

## 1.6 Asumsi

1. Dukungan sosial memiliki kontribusi terhadap kondisi dimensi *Psychological well being* yaitu, Penerimaan Diri (*Self Acceptance*), Pertumbuhan Diri (*Personal Growth*), Tujuan Hidup (*Purpose in Life*), Penguasaan Lingkungan (*Environmental Mastery*), Otonomi (*Autonomy*), dan Hubungan Positif dengan Orang Lain (*Positive Relations with Others*) pada ibu yang memiliki anak autis.
2. *Social support* dapat dilihat berdasarkan 2 aspek yaitu, pendekatan berdasarkan kuantitas dan pendekatan berdasarkan kualitas.

## 1.7 Hipotesis

H<sub>0</sub> : Tidak terdapat kontribusi *Social Support* terhadap dimensi *Psychological Well Being*.

H<sub>1</sub> : Terdapat kontribusi *Social Support* terhadap dimensi *Psychological Well Being*.

