

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Kelahiran seorang anak merupakan sebuah anugerah terindah bagi setiap orangtua. Banyak orang berpendapat bahwa kehadiran anak dalam sebuah keluarga merupakan hal yang sangat penting, karena bukan saja dapat menambah keharmonisan pasangan suami istri, melainkan juga anak dapat menjadi penerus generasi dalam keluarga. Oleh karena itu adalah hal yang sangat wajar jika orangtua berharap agar anak yang mereka miliki sehat secara fisik maupun psikis (F. Mangunsong, 1998).

Saat-saat menegangkan dan menggembirakan dapat berubah menjadi kesedihan juga kekecewaan, ketika orangtua melihat anaknya terlahir tidak sempurna layaknya anak-anak pada umumnya (F. Mangunsong, 1998). Berbagai reaksi akan dimunculkan oleh orangtua. Rasa tidak percaya, terkejut, bersedih, menangis, marah bahkan hingga tidak menerima kenyataan, perasaan yang ingin menyangkal dan tidak ingin mengakui kehadiran anaknya karena merasa malu.

Reaksi emosional yang dikatakan sangat wajar dirasakan oleh mereka para orangtua yang mengalami kejadian tersebut, terutama ibu sebagai yang melahirkan, serta tidak dapat dihindari rutinitas sehari-hari dalam keluarga menjadi terganggu

(Semiawan dan Mangunsong, 2010). Namun tidak selalu reaksi emosional berakhir pada hal yang buruk, banyak juga orangtua yang kemudian tetap berjuang untuk menghidupi, mengasuh, dan membesarkan anaknya dengan segala keterbatasan yang dimiliki anaknya.

Terdapat banyak anak yang lahir dengan “keistimewaan” atau cacat, salah satunya adalah anak retardasi mental. Menurut AAMR (*American Association on Mental Retardation*), yang dimaksud dengan anak retardasi mental adalah anak yang menunjukkan adanya keterbatasan dalam fungsi, yang diantaranya mencakup fungsi intelektual bawah rata-rata, berkaitan dengan keterbatasan pada dua atau lebih dari keterampilan adaptif seperti komunikasi, merawat diri sendiri, keterampilan sosial, kesehatan dan keamanan, fungsi akademis, dan waktu luang. Keadaan ini akan tampak sebelum usia 18 tahun (W.F. Maramis, 1995).

Pada data pokok Sekolah Luar Biasa di seluruh Indonesia (2013), dilihat dari kelompok usia anak-anak, jumlah penduduk Indonesia yang menyandang retardasi mental adalah 62.011 orang, 60% anak laki-laki dan 40% anak perempuan. Sebanyak 2,5% dari jumlah tersebut adalah anak yang menderita retardasi mental sangat berat / *profound* ($IQ < 20$), yang berarti secara praktis anak sangat terbatas kemampuannya dalam mengerti dan menuruti permintaan atau instruksi. Umumnya anak sangat terbatas dalam hal mobilitas, dan hanya mampu pada bentuk komunikasi nonverbal yang sangat elementer. Sebanyak 2,8% anak dengan retardasi mental berat / *severe* ($IQ 20 - 35$), kelompok retardasi mental berat ini hampir sama dengan retardasi

mental sedang dalam hal gambaran klinis, penyebab organik, dan keadaan-keadaan yang terkait. Perbedaan utama adalah pada retardasi mental berat ini biasanya mengalami kerusakan motor yang bermakna atau adanya defisit neurologis (Sari Pediatri, Vol. 2, No. 3, Desember 2000).

Sebanyak 2,6% anak dengan retardasi mental sedang / *moderate / embisil* (IQ 36 – 51), kelompok ini dikategorikan sebagai retardasi mental dapat dilatih (*trainable*). Pada kelompok ini anak mengalami keterlambatan perkembangan pemahaman dan penggunaan bahasa, serta pencapaian akhirnya terbatas. Pencapaian kemampuan mengurus diri sendiri dan ketrampilan motor juga mengalami keterlambatan, dan beberapa diantaranya membutuhkan pengawasan sepanjang hidupnya. Kemajuan di sekolah terbatas, sebagian masih bisa belajar dasar-dasar membaca, menulis dan berhitung (Sari Pediatri, Vol. 2, No. 3, Desember 2000).

Sebanyak 3,5% anak dengan retardasi mental ringan / *moron / mild / debil* (IQ 52 – 67), kelompok ini dikategorikan sebagai retardasi mental dapat dididik (*educable*). Anak mengalami gangguan berbahasa tetapi masih mampu menguasainya untuk keperluan bicara sehari-hari dan untuk wawancara klinik. Umumnya mereka juga mampu mengurus diri sendiri secara independen (makan, mencuci, memakai baju, mengontrol saluran cerna dan kandung kemih), meskipun tingkat perkembangannya sedikit lebih lambat dari ukuran normal. Kesulitan utama biasanya terlihat pada pekerjaan akademik sekolah, dan banyak yang bermasalah dalam membaca dan menulis. Dalam konteks sosiokultural yang memerlukan sedikit kemampuan

akademik, mereka tidak ada masalah (Sari Pediatri, Vol. 2, No. 3, Desember 2000). Lainnya adalah sebanyak 88,6% disebut dengan anak dungu (IQ 68 – 85), pada kelompok ini, umumnya mereka memiliki ciri beberapa kali tak naik kelas di SD (Teguh.S,2013).

Menerima kehadiran anak tentunya memiliki dampak yang sangat signifikan pada dinamika sebuah keluarga. Khususnya keluarga yang dikaruniai anak retardasi mental, sudah tentu bukan merupakan hal yang mudah. Tidak dapat dipungkiri bahwa keluarga tersebut akan mengalami perubahan yang lebih kompleks dan lebih berat dalam merawat dan membesarkan anaknya. Setiap anak selalu membutuhkan ibu sebagai pengasuh yang senantiasa membimbing dan mengarahkan anaknya, yaitu karena anak akan terus belajar menyesuaikan diri dengan lingkungan, dan seluruh proses belajar tersebut tidak dapat dilakukannya sendiri (Bowlby,1970). Sikap menerima anak oleh orangtua terutama ibu akan membantu anak untuk dapat melihat kelebihan dan potensi dibalik kekurangan yang dimilikinya, sehingga anak dapat tumbuh dan berkembang dalam lingkungan sosialnya dapat diterima oleh lingkungan sosialnya walaupun keadaan yang dihadapi berbeda dengan anak-anak pada umumnya.

Sebagai yang melahirkan, seorang ibu tentunya memiliki hubungan yang lebih dekat atau dikatakan sebagai sebuah ikatan batin yang kuat dengan sang anak. Sebagai figur terdekat yang pada umumnya lebih banyak berinteraksi secara langsung dengan anak meskipun dalam keterbatasannya, sehingga seorang ibu harus berusaha untuk lebih memahami apa yang diinginkan oleh anaknya (F. Mangunsong, 1998).

Diperlukan penyesuaian lebih agar dapat menerima keadaan yang kemudian dapat diterima di masyarakat.

Banyak perubahan yang terjadi dalam kehidupan seorang ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus, khususnya ibu yang memiliki anak retardasi mental di sekolah SLB “X” Bandung. Dengan kondisi juga latar belakang yang hampir sama, terdapat banyak perbedaan akan perubahan dari penghayatan mereka dalam mengasuh anaknya. Baik atau buruk perubahan yang terjadi semua itu tidak terlepas dari pandangan juga penerimaan ibu terhadap keadaannya memiliki seorang anak retardasi mental.

Pada kenyataannya, reaksi dan perlakuan ibu terhadap anaknya akan berbeda satu dengan yang lainnya. Tergantung pada pandangan masing-masing ibu terhadap kehadiran anaknya, ada yang memandang bahwa segala tekanan karena memiliki anak retardasi mental masih bisa untuk diatasi, namun ada juga yang merasa bahwa memiliki anak retardasi mental adalah sebuah beban bagi dirinya. Bahkan ada pula orangtua yang merasa harga dirinya turun disebabkan oleh anak yang dimilikinya mengalami retardasi mental dan tidak sesuai dengan apa yang diharapkan (F. Mangunsong, 1998).

Dalam kondisi anak yang tidak sempurna akan membuat anak semakin memiliki ketergantungan dengan ibunya karena ketidakmampuannya dalam melakukan aktivitasnya sendirian, hal ini merupakan hal yang tidak mudah untuk dijalani oleh seorang ibu. Membutuhkan waktu, kesabaran dan tenaga yang ekstra untuk

mendampingi juga membantu anaknya melakukan segala sesuatu dalam segala aktivitas kesehariannya. Ibu adalah tempat dimana anak dapat memperoleh perlindungan, rasa aman, kasih sayang, juga tumpuan masa depan anak (<http://www.kompasiana.com/atonimeto/kebutuhan-dasar-anak>).

Cara yang sangat tepat untuk dilakukan seorang ibu adalah dengan tetap optimis, ikhlas menerima keadaan sang anak, secara bertanggungjawab mengurus, mendidik, merawat dengan penuh cinta dan kasih sayang dan mendampingi sang anak dengan memberikan dukungan penuh dengan cara menyekolahkan anak demi masa depannya. Tidak semua ibu bersikap demikian terhadap anaknya, masih banyak ibu yang ternyata tidak mampu menerima anaknya dengan keikhlasan.

Salah satu Sekolah Luar Biasa yang berada di Kota Bandung sebut saja SLB “X”, adalah suatu lembaga pendidikan yang melayani, mendidik dan membimbing anak retardasi mental untuk dapat memelihara dirinya, membekali anak retardasi mental dengan berbagai keterampilan sederhana. Tujuan SLB “X” Bandung adalah membina, mendidik, dan memandirikan anak retardasi mental sehingga mampu mengembangkan sikap, pengetahuan, dan keterampilan sebagai pribadi maupun sebagai anggota masyarakat, dalam mengadakan hubungan timbal balik dengan lingkungan sosial budaya dan alam sekitar, serta memiliki moral yang baik.

Menurut nara sumber yaitu kepala sekolah SLB “X” Bandung, sejak tahun 2001, SLB “X” Kota Bandung menganut sistem pelayanan ruang sumber yaitu dimana seseorang / sekelompok anak didik belajar sesuai jadwalnya dengan memasuki ruang

sumber belajar atau ruang mata pelajaran. Pelayanan model ruang sumber ini menuntut lebih banyak guru mata pelajaran dan ruangan kelas sesuai dengan jumlah mata pelajaran yang diajarkan. Dampak dari pelayanan model ini selain meningkatkan profesional guru-guru mata pelajaran, bagi peserta didik / siswa dengan berpindah-pindah ruang kelas secara tidak langsung merupakan terapi, dan meningkatkan sosialisasinya.

Dalam kesehariannya, banyak interaksi yang dilakukan di sekolah SLB “X” Bandung ini. Tidak hanya interaksi antara guru dengan siswa saja melainkan interaksi antar guru dengan orangtua siswa dan interaksi antar sesama orangtua. Saling sharing dan berbagi pengalaman satu sama lain dalam memahami anak. Banyak orangtua yang mendampingi dan menunggui anaknya di sekolah sampai kegiatan belajar mengajar selesai. Di SLB “X” Bandung ini juga tidak jarang mengadakan kegiatan khusus antara guru bersama dengan orangtua yang bertujuan untuk mengevaluasi kegiatan di sekolah juga kemajuan anak dalam mengikuti kegiatan belajar di sekolah karena tidak dapat dipungkiri pentingnya peran orangtua dalam kegiatan belajar di sekolah yang menyangkut dengan anak. Banyak anak yang karena kondisinya tidak dapat melakukan segala kegiatannya sendiri, hal itulah yang membuat ibu harus selalu sedia membantu dan mendampingi anaknya dimanapun anaknya berada.

Berdasarkan hasil wawancara dengan 10 orang ibu yang menyekolahkan anaknya di SLB “X” Kota Bandung. Sebanyak 46 % ibu pada awalnya merasa terkejut, sedih, bingung harus melakukan apa, bingung akan masa depan anaknya, namun pada

akhirnya seiring dengan berjalannya waktu, ibu dapat menerima dan menyesuaikan dirinya dengan keadaan. Mereka tetap berusaha untuk mencari pengobatan bagi anaknya, sehingga mereka dapat mengerti akan kebutuhan anaknya, berusaha memahami maksud dari anak.

Sebanyak 45% ibu banyak mengeluhkan merasa kesulitan karena adanya keterbatasan waktu untuk membawa anaknya terapi dan berobat sementara harus mengurus anggota keluarga lainnya, sehingga mereka terkadang memilih untuk meminta bantuan pada anggota keluarga lain untuk membantu mengurus anaknya, kesulitan dalam merawat dan membesarkan anaknya karena adanya keterbatasan biaya terhimpit perekonomian, merasa kecewa karena keadaan yang belum siap menerima kenyataan. Ibu berhenti dari pekerjaannya karena tuntutan yang harus selalu mendampingi anaknya sehingga tidak dapat membantu suaminya dalam mencari biaya untuk kelangsungan hidupnya, sehingga ada ibu yang merasakan bahwa segala hal yang dilakukan bagi anaknya merupakan sebuah keterpaksaan dan memandangnya sebagai cobaan hidup hingga memandang anaknya sebagai aib bagi keluarganya, bersikap acuh tak acuh dengan anaknya, ketika anak menangis hanya dibiarkan tanpa ingin bertanya untuk mengetahui apa yang diinginkan oleh anaknya, ibu tidak responsive terhadap anaknya.

Selain itu sisanya yaitu 9 % ibu dapat menerima dengan ikhlas ketika dirinya mengetahui bahwa anak yang akan dilahirkannya tidak akan sempurna, merasa menjadi orang tua terpilih untuk merawat dan membesarkan anaknya, ibu tetap

merasakan perubahan yang terjadi dalam hidupnya bahwa kegiatan yang dilakukannya akan sangat terbatas, tidak akan banyak kegiatan yang mampu dilakukannya lagi sama seperti sebelum dirinya memiliki anak retardasi mental.

Segala hal yang telah dialami oleh ibu yang mempunyai anak berkebutuhan khusus akan perubahan dalam hidup setelah memiliki anak berkebutuhan khusus, kesulitan-kesulitan yang dialami oleh ibu akan mempengaruhi pada *Psychological Well-Being* dalam dirinya. *Psychological Well-Being* sangat penting bagi ibu, terutama bagi ibu yang memiliki anak retardasi mental karena dengan adanya *Psychological Well-Being* ibu mampu merealisasikan diri untuk tetap bertumbuh dengan mampu mengatasi setiap tantangan hidupnya dan mengoptimalkan kehidupannya dalam memenuhi setiap kebutuhannya (Ryff & Singer, 2008).

Psychological Well-Being yang disingkat menjadi *PWB* (Ryff,1989), merupakan kemampuan yang dimiliki oleh individu untuk dapat menerima diri apa adanya (*self-acceptance*), menjalin hubungan hangat dengan orang lain (*positive relation with others*), mandiri (*autonomy*), mampu mengontrol lingkungan eksternal (*environmental mastery*), memiliki tujuan hidup (*purpose in life*), serta mampu merealisasikan potensi dirinya secara *continue* (*personal growth*).

Ibu yang tidak menyalahkan dirinya sendiri atas keadaan, tidak merasa malu memiliki anak “istimewa”, merasa bahwa dirinya menjadi orangtua pilihan yang diberikan kesempatan merawat anak “istimewa” atau cacat, tetap mengasuh, merawat, menyayangi anak, memberikan perhatian penuh, mendidik, dan

mendampingi anak termasuk dalam salah satu dimensi dalam *PWB* yaitu *Self acceptance*. Kenyataan di lapangan yang menunjukkan bahwa banyak ibu yang memutuskan untuk memberikan pendidikan formal kepada anaknya dengan menyekolahkan anaknya di salah satu Sekolah Luar Biasa menunjuk pada salah satu dimensi *PWB* yaitu *Purpose in life*.

Kondisi ibu yang tidak lanjut berlarut terpuruk dalam keadaan, yang kemudian bangkit dengan menerima keadaan anaknya, berusaha untuk menjadi pribadi yang lebih baik dari hari ke hari, menjadi sosok ibu yang mampu beralih dari kebiasaan dan terbuka akan hal-hal baru menunjuk pada dimensi *PWB* yaitu *Personal growth*.

Keadaan ibu yang mampu melakukan interaksi dengan anak dan ibu-ibu lain yang juga memiliki anak “istimewa” saling bertukar cerita dan informasi mengenai keadaan anak menunjuk pada dimensi *PWB* yaitu *positive relationship with others*.

Pada keadaan ibu yang tidak pantang menyerah menjalani kehidupan setelah memiliki anak retardasi mental, tidak mudah putus asa dalam merawat dan membesarkan anaknya merupakan salah satu bentuk dari dimensi *PWB* yaitu *Environmental mastery*. Keputusan yang diambil para ibu untuk menerima, mendidik, merawat dan juga dengan menyekolahkan anaknya di sekolah SLB “X” Bandung merupakan salah satu bentuk dari dimensi *PWB* yaitu *autonomy*.

Bagaimana seorang ibu dapat ikhlas menerima anak dengan segala keterbatasannya adalah tergantung dari *PWB*-nya. Ibu yang memiliki *PWB* tinggi akan lebih mampu untuk dapat menerima keadaan sehingga ibu mampu melihat

bahwa kehidupannya bermakna, sebaliknya ibu yang memiliki PWB rendah akan memandang bahwa segala yang dialami dan dijalani dalam kehidupannya merupakan beban sehingga ibu tidak mampu menemukan makna dalam kehidupannya. Berdasarkan hasil survey terlihat bahwa derajat *PWB* pada ibu yang memiliki anak retardasi mental berbeda-beda satu dengan yang lain, yang ditampilkan dalam perilaku yang berbeda pula. Sehingga hal ini mendorong peneliti untuk meneliti lebih lanjut mengenai *PWB* pada masing-masing ibu yang memiliki anak retardasi mental di lingkungan SLB “X” Kota Bandung.

1.2 Identifikasi Masalah

Ingin mengetahui *PWB* pada ibu yang memiliki anak retardasi mental di lingkungan SLB “X” Kota Bandung.

1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian

1.3.1 Maksud Penelitian

Berdasarkan perumusan masalah tersebut maka penelitian ini bermaksud untuk memperoleh gambaran umum mengenai *PWB* pada ibu yang memiliki anak retardasi mental di lingkungan SLB “X” Kota Bandung.

1.3.2 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran mengenai *PWB* pada ibu yang memiliki anak retardasi mental di lingkungan SLB “X” Kota Bandung.

1.4 Kegunaan Penelitian

1.4.1 Kegunaan Teoritis

Adapun kegunaan teoritis penelitian ini adalah untuk:

1. Memperkaya penelitian Psikologi dan menambah khasanah wacana Ilmu dan Pengetahuan baru dalam bidang Psikologi, terutama Positif Psikologi yang dikaitkan dengan *PWB*.
2. Memberikan acuan bagi peneliti lain yang ingin meneliti lebih lanjut mengenai *PWB* untuk dikaitkan dengan variabel lain.

1.4.2 Kegunaan Praktis

Adapun kegunaan praktis penelitian ini adalah untuk:

1. Memberikan informasi kepada para ibu yang memiliki anak retardasi mental untuk dapat mampu memaknai penghayatan perannya sebagai seorang ibu dari anak retardasi mental sehingga ibu dapat mampu menyesuaikan diri dengan kondisinya dan mampu memandang keadaannya dengan lebih baik lagi.

2. Memberikan informasi kepada para ibu yang memiliki anak retardasi mental untuk dapat terbuka terhadap hal-hal baru, pengalaman baru, cara pandang baru dan dapat menjadi pedoman para ibu yang memiliki anak retardasi mental dalam mendidik, merawat anaknya dengan baik.



1.5 Kerangka Pikir

Anak retardasi mental merupakan anak yang dilahirkan dengan memiliki keterbatasan, yang membutuhkan orang lain untuk mempertahankan kehidupan dan mengembangkan dirinya. Pertolongan seorang ibu akan sangat diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan anak baik secara psikis maupun fisik, karena seorang ibu merupakan tempat dimana anak berkembang pada awal kelahirannya sampai anak tumbuh dewasa. Maka tidak heran jika ibu merupakan orang yang memiliki posisi paling baik dan memungkinkan untuk menjadi pengasuh utama dalam kehidupan anaknya (Schaffer, 1977, dalam Irene,2008).

Karakteristik seorang ibu dalam perkembangan usia dewasa sangat berkaitan dengan fase dalam rentang kehidupannya setelah masa remaja. Dalam mencapai atau menuntaskan tugas-tugas perkembangan usia dewasa, tidak sedikit yang mengalami kegagalan, seperti tidak ada bimbingan untuk memahami dan menguasai tugas-tugas perkembangan, tidak ada motivasi untuk berkembang kearah kedewasaan, mengalami kesehatan yang buruk, cacat tubuh, dan tingkat kecerdasannya rendah.

Salah satu contoh dampak dari usia dewasa ini adalah karena banyaknya masalah yang dihadapi dan tidak mampu mengatasinya, salah satunya adalah kesulitan yang dialami setelah menikah. Unsur yang paling penting adalah mampu menuntaskan tugas-tugas perkembangannya seperti pematapan wawasan, sikap dan pengamalan ajaran agama (pematapan kesadaran beragama).

Psychological Well-Being (PWB) yang merupakan integrasi dari teori-teori perkembangan manusia, teori psikologi klinis, dan konsep mengenai kesehatan mental (Ryff 1989). *Psychological well-being* yang selanjutnya disingkat dengan *PWB* menjelaskan istilah *PWB* sebagai keadaan di mana individu melihat dan mengevaluasi kualitas diri dan hidupnya (Ryff, 1989). Untuk dapat mencapai *PWB*, individu mengevaluasi keenam dimensi dari *PWB* yakni penerimaan diri (*self-acceptance*), hubungan positif dengan orang lain (*positif relation with others*), otonomi (*autonomy*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), tujuan hidup (*purpose in life*), dan pertumbuhan pribadi (*personal growth*).

Dimensi *self-acceptance* mempunyai pengertian menerima diri apa adanya, maka ibu yang memiliki anak retardasi mental di lingkungan Sekolah Luar Biasa “X” dimungkinkan untuk bersikap positif terhadap diri sendiri. Sikap positif selanjutnya akan meningkatkan toleransi ibu akan frustrasi dan berbagai kondisi yang tidak menyenangkan termasuk keterbatasan diri tanpa merasa menyesal atau marah yang mendalam. Ibu yang memiliki dimensi *self-acceptance* yang tinggi akan lebih mampu menerima anak dengan segala kondisinya tanpa ada penyesalan dalam dirinya, ibu akan lebih mampu merawat anaknya dengan ketulusan dan keikhlasan hati sehingga anak dapat merasa nyaman bersama ibunya. Sebaliknya ibu yang memiliki dimensi *self-acceptance* yang rendah cenderung akan sering mengeluh, menyalahkan orang lain atau situasi dan sering menyesali diri dalam setiap keadaan dan juga kondisi

anaknyanya, juga cenderung berperilaku buruk terhadap anaknya seperti bertindak kasar terhadap anak dan sebagainya.

Dimensi *positif relation with others* mempunyai pengertian ibu yang memiliki anak retardasi mental di lingkungan Sekolah Luar Biasa “X” memiliki kemampuan untuk membina hubungan interpersonal yang hangat dan saling percaya, saling mengembangkan pribadi satu dengan yang lain, kemampuan untuk mencintai, berempati, memiliki afeksi terhadap orang lain, serta mampu menjalin persahabatan yang mendalam (Ryff, 1989). Ibu yang memiliki dimensi *positif relation with others* yang tinggi akan mengikuti berbagai aktivitas diluar dirinya, peduli akan kesejahteraan orang lain, senang mengikuti kegiatan sosial maupun pengembangan hobi dalam kelompok. Sebaliknya ibu yang memiliki dimensi *positif relation with others* yang rendah cenderung lebih bersikap diam, mengurung diri di rumah, menutup diri dari lingkungan, tidak ingin melakukan kegiatan social, dan sebagainya.

Dimensi *autonomy* mempunyai arti kemandirian ibu yang memiliki anak retardasi mental di lingkungan Sekolah Luar Biasa “X” dalam memutuskan dan mengatur perilakunya sendiri yang bebas dari tekanan pihak manapun. Ibu yang memiliki dimensi *autonomy* yang tinggi mampu mandiri dan dapat membuat keputusan sendiri, dapat menolak tekanan dari lingkungan untuk berpikir dan bertindak laku dengan cara tertentu, mengatur perilakunya dari lingkungan untuk berpikir dan bertindak laku dengan cara tertentu, mengatur perilakunya dari dalam diri, mengevaluasi diri berdasarkan standar pribadi dan sejauh mana individu mempertahankan rasa hormat

terhadap dirinya. Sebaliknya, ibu yang memiliki dimensi *autonomy* yang rendah tidak mampu memutuskan pilihan yang terbaik bagi dirinya sendiri, membutuhkan pendapat orang lain dan bantuan dari orang lain.

Dimensi *environmental mastery* mempunyai arti ibu yang memiliki anak retardasi mental di lingkungan Sekolah Luar Biasa “X” mampu memilih atau menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kondisinya, berpartisipasi dalam lingkungan diluar dirinya, mengontrol dan memanipulasi lingkungan yang kompleks, serta kemampuan untuk mengambil keuntungan dan kesempatan dilingkungan. Ibu yang memiliki dimensi *environmental mastery* yang tinggi mampu menghadapi berbagai kejadian di luar dirinya dan mengaturnya sesuai dengan keadaan dirinya sendiri, memiliki penguasaan dan kompetensi dalam mengatur lingkungannya, dapat mengendalikan situasi eksternal yang kompleks, dapat menggunakan kesempatan di lingkungan secara efektif, serta mampu memilih atau menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kebutuhan dan nilai dirinya. Sebaliknya ibu yang memiliki dimensi *environmental mastery* yang rendah akan cenderung mengalami kesulitan dalam mengatur urusan sehari-hari, merasa tidak mampu untuk mengubah atau meningkatkan lingkungannya, serta kurang memiliki kendali terhadap dunia eksternalnya.

Dimensi *purpose in life* mempunyai pengertian ibu yang memiliki anak retardasi mental di lingkungan Sekolah Luar Biasa “X” yang memiliki tujuan dan arah dalam hidup, merasa bahwa kehidupan di masa lalu dan masa sekarang memiliki makna,

serta memegang keyakinan yang memberikan tujuan dalam hidup. Ibu yang memiliki dimensi *purpose in life yang tinggi* akan bersikap terbuka terhadap pengalaman-pengalamannya, akan merasa hidup lebih bermakna. Perasaan seperti itu akan membuat hidup lebih terarah dan tidak terjerat pada pengalaman masa lampau. Sebaliknya, ibu yang memiliki dimensi *purpose in life yang rendah* akan cenderung bersikap menutup diri, tidak memiliki tujuan dalam hidupnya, merasa hidupnya sia-sia, terjebak dalam keadaannya.

Dimensi *personal growth* memiliki arti adanya keinginan ibu yang memiliki anak retardasi mental di lingkungan Sekolah Luar Biasa “X” untuk sesuatu yang terus bertumbuh dan berkembang, terbuka terhadap pengalaman yang baru, memiliki keinginan untuk merealisasikan potensinya, serta dapat melihat kemajuan dalam diri dan perilakunya dari waktu ke waktu. Ibu yang memiliki dimensi *personal growth yang tinggi* akan keterbukaan pada pengalaman. Ibu yang terbuka terhadap pengalaman akan lebih sadar terhadap dunia sekelilingnya dan tidak berhenti pada pertimbangan-pertimbangan sebelumnya yang mungkin kurang benar. Pribadi yang berfungsi sepenuhnya selalu berkembang dan tidak puas hanya pada kondisi tetap, dimana semua masalah sudah selesai dipecahkan. Sebaliknya ibu dengan dimensi *personal growth yang rendah* akan merasa bahwa dirinya mengalami stagnasi, kurang merasa berkembang dari waktu ke waktu, merasa bosan dan tidak tertarik dengan kehidupan, serta merasa tidak mampu untuk membentuk sikap atau perilaku yang baru.

Ryff mengemukakan faktor-faktor yang berpengaruh terhadap *PWB* seseorang, sehingga tidak semua orang memiliki tingkat *PWB* yang sama. Melalui berbagai penelitian yang dilakukan, Ryff (1989) mengemukakan faktor-faktor yang mempengaruhi *PWB* seseorang yaitu: faktor sosiodemografis (usia, status sosial ekonomi), dukungan sosial, religiusitas, budaya, dan trait.

Faktor usia mempengaruhi *PWB*, dalam sebuah penelitian yang dilakukan oleh Ryff (1989), ditemukan adanya perbedaan tingkat *PWB* pada orang dari berbagai kelompok usia. Semakin bertambah usia seseorang maka semakin mengetahui kondisi yang terbaik bagi dirinya. Individu pada usia dewasa akhir memiliki skor *well-being* lebih rendah pada tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi; individu dalam usia dewasa madya memiliki skor *well-being* yang lebih tinggi dalam penguasaan lingkungan; individu yang berada dalam usia dewasa awal memiliki skor yang lebih rendah dalam otonomi dan penguasaan lingkungan dan memiliki skor yang lebih tinggi dalam dimensi pertumbuhan pribadi.

Ryff dkk, (dalam Ryan & Deci, 2001) mengemukakan bahwa faktor status sosial ekonomi berhubungan dengan dimensi penerimaan diri, tujuan hidup, penguasaan lingkungan dan pertumbuhan diri. Status sosial ekonomi mempengaruhi kesejahteraan psikologis seseorang. Seperti besarnya pendapatan keluarga, tingkat pendidikan, keberhasilan pekerjaan, kepemilikan materi dan status sosial di masyarakat. Individu dengan tingkat penghasilan tinggi, dan mempunyai dukungan sosial tinggi akan memiliki *PWB* yang lebih tinggi. Bagi ibu yang memiliki anak retardasi mental di lingkungan Sekolah Luar Biasa “X” dan tidak memiliki

permasalahan dengan perekonomian menyatakan bahwa anak akan membawa rejeki mengalir dengan sendirinya, sehingga segala kebutuhan anak untuk berobat juga kebutuhan lainnya akan terpenuhi, sedangkan untuk mereka yang memiliki kendala dalam perekonomian terkadang merasa sedih harus berusaha dengan lebih keras untuk mencukupkan kebutuhan anaknya dengan biaya pengobatan yang relative tidak sedikit, lebih pintar dalam membagi keuangan juga mengatur kebutuhan yang didahulukan.

Faktor dukungan sosial juga sangat berperan penting bagi *PWB* ibu yang memiliki anak retardasi mental di lingkungan Sekolah Luar Biasa “X” dimana dengan adanya dukungan dari keluarga, sanak saudara, dan lingkungan sekitar memberikan semangat bagi mereka untuk tetap berjuang dalam merawat, mendidik, dan membesarkan anaknya. Sehingga mereka tidak larut terpuruk dalam kesedihan memiliki anak yang tidak sempurna, melainkan dapat bangkit dan berusaha untuk lebih keras menjalani kehidupannya dalam usaha pencapaian apa yang menjadi tujuan dalam hidupnya dan mampu mencapai *PWB* dalam hidupnya. Terlihat pada ibu yang memiliki anak retardasi mental di lingkungan Sekolah Luar Biasa “X” dalam menghayati perasaan yang hampir bersamaan, perasaan sedih, kecewa, khawatir akan kehidupan dirinya dan masa depan anaknya, namun dukungan, semangat dari keluarga, saudara, bahkan kerabat mampu membangkitkan mereka sehingga mereka tidak larut berada dalam kesedihan dan kekecewaan.

Faktor budaya juga mempengaruhi *PWB* ibu yang memiliki anak retardasi mental di lingkungan Sekolah Luar Biasa “X”. Ryff (1995) mengatakan bahwa sistem nilai *individualisme kolektivisme* memberi dampak terhadap *PWB* yang dimiliki suatu masyarakat. Pada ibu yang memiliki anak retardasi mental di lingkungan sekolah “X” yang menganut system nilai individualistik akan tinggi dalam dimensi *self-acceptance* dan *autonomy*, sedangkan pada ibu yang menganut system kolektivistik akan tinggi dalam dimensi *positive relation with others*. Hal ini jelas terlihat pada para ibu yang memiliki anak retardasi mental di lingkungan Sekolah Luar Biasa “X” yang memiliki kemampuan lebih dalam hal bersosialisasi dengan orang lain di lingkungan sekitarnya. Hal ini juga mempengaruhi pencapaian ibu tersebut pada aspek *positive relations with others* dalam *PWB*.

Faktor religiusitas berkaitan dengan transendensi segala persoalan hidup kepada Tuhan. Individu yang memiliki tingkat religiusitas tinggi akan lebih mampu memaknai kejadian hidupnya secara positif sehingga hidupnya dapat menjadi lebih bermakna (Bastaman, 2000). Ketika ibu yang memiliki anak retardasi mental di lingkungan Sekolah Luar Biasa “X” memiliki kehidupan yang dekat dengan Tuhannya, maka dirinya mampu melihat segala keadaan yang terjadi dengan hati yang ikhlas, dan sebaliknya jika ibu tidak memiliki hubungan yang dekat dengan Tuhannya, ibu akan sulit menerima keadaan. Hal ini dapat mempengaruhi rendahnya *PWB* pada ibu yang memiliki anak retardasi mental.

Ditinjau dari kepribadiannya, ibu yang memiliki anak retardasi mental di lingkungan sekolah “X” memiliki banyak kompetensi pribadi dan sosial, seperti penerimaan diri, mampu menjalin hubungan yang harmonis dengan lingkungan sehingga dapat meningkatkan skor *PWB*. Ada beberapa perspektif untuk memahami kepribadian, salah satunya teori *traits*. Menurut teori *traits*, *traits* individu menunjukkan pola yang konsisten dalam cara individu berpikir, merasa, dan bertindak. Teori *traits* yang akan digunakan bersumber pada *five factor of personality*, diantaranya adalah: *extraversion* merujuk pada kuantitas dan intensitas relasi personal, tingkat aktivitas, kebutuhan akan stimulasi, kapasitas untuk mendapat kesenangan. Kedua, *agreeableness* merujuk pada kualitas orientasi interpersonal seseorang dimulai dari perasaan peduli sampai dengan perasaan permusuhan dalam pikiran, perasaan, dan tindakan. Ketiga, *conscientiousness* yaitu derajat keteraturan individu, tekun, dan motivasi yang berorientasi pada tujuan. Keempat, *neuroticism* merujuk pada *emotional stability*, yaitu mengidentifikasi kecenderungan individu untuk mengalami distress psikis, ide-ide yang tidak realistis, dan respon yang maladaptive. Kelima, adalah *openness to experiences* yaitu proaktif mencari dan menghargai pengalaman karena keinginannya sendiri, toleran, dan melakukan eksplorasi terhadap sesuatu yang belum dikenal.

Extraversion merupakan dimensi yang dapat memprediksi banyak tingkah laku sosial. Ibu yang memiliki faktor *extraversion* yang tinggi memiliki *PWB* yang tinggi. Ibu mampu menerima segala keadaan yang terjadi dalam dirinya (*self-*

acceptance). Ibu akan mampu membangun hubungan yang positif dengan orang lain karena mereka seorang yang hangat dan senang bergabung dalam berbagai perkumpulan (*positive relation with others*). Ibu dengan skor *extraversion* yang tinggi mampu mengambil keputusan sendiri karena mereka cenderung memegang kontrol dalam berinteraksi (*autonomy*), ibu juga mampu menguasai lingkungan dengan cara yang mudah beradaptasi dengan lingkungan dimanapun mereka berada (*environmental mastery*). Mereka orang yang bersemangat sehingga mampu menetapkan tujuan dengan energy yang dimilikinya, untuk memperoleh makna dari pengalaman hidupnya (*purpose in life*). Lewat interaksi yang luas, mereka cenderung terbuka pada pengalaman baru sehingga mampu mengarahkan diri menuju pertumbuhan pribadi (*personal growth*).

Agreeableness dapat disebut juga *social adaptability* atau *likability*. Ibu yang memiliki skor *agreeableness* yang tinggi memiliki PWB yang tinggi. Mereka memiliki hubungan yang positif dengan orang lain karena ramah, senang menolong orang lain dan kooperatif (*positive relation with others*). Dalam penguasaan lingkungannya, mereka tidak menyalahkan orang lain atas keadaan fisik yang menurun karena pada dasarnya mereka mudah memaafkan orang lain (*environmental mastery*), dengan demikian ibu juga dapat menerima segala keadaan yang dialaminya. Dalam hal ini, ibu mampu mengatasi tekanan social ketika berpikir dan bertindak (*autonomy*). Ibu yang memiliki skor tinggi dalam *agreeableness* mampu memperoleh makna hidup dari setiap pengalaman yang dimilikinya dalam menolong orang lain

(*purpose in life*), mereka juga mampu menyadari potensi yang dimiliki dengan cara melihat hal terbaik dari orang lain (*personal growth*).

Conscientiousness menggambarkan perbedaan keteraturan dan kedisiplinan diri seseorang. Ibu yang memiliki derajat *conscientiousness* tinggi memiliki *PWB* yang tinggi. Mereka mampu menerima keadaan yang dialaminya (*self acceptance*). Mereka memiliki hubungan yang positif dengan orang lain karena terencana, mengikuti peraturan dan norma sehingga sering dipercaya orang lain (*positive relation with others*). Dalam mengambil keputusan, mereka mampu mengambil keputusan sendiri dengan cara berpikir sebelum bertindak menggunakan pertimbangan-pertimbangan rasional (*autonomy*). Dalam kesehariannya, mereka mampu memanipulasi lingkungannya yang kompleks karena terbiasa mengontrol lingkungan sosialnya (*environmental mastery*), mereka juga memiliki tujuan hidup yang terencana karena mereka ambisius (*purpose in life*). Dalam pertumbuhan pribadinya, lansia mampu melihat perkembangan diri karena terdorong oleh kebiasaannya yang ingin memberikan yang terbaik dan senang bekerja keras (*personal growth*).

Neuroticism menggambarkan seseorang yang memiliki masalah dengan emosi *negative* seperti rasa khawatir dan rasa tidak aman. Ibu yang memiliki tingkat *neuroticism* yang tinggi memiliki *PWB* yang rendah. Mereka cenderung mengalami kesulitan untuk menerima keadaan yang terjadi dalam dirinya (*self-acceptance*). Dalam menjalin hubungan dengan orang lain, mereka lebih sering tertutup dan

kesulitan menjalin komitmen (*positive relation with others*). Ketika dihadapkan pada situasi yang menuntut pengambilan keputusan, mereka bergantung pada orang lain karena merasa cemas dalam menghadapi situasi tersebut (*autonomy*), dengan demikian mereka juga kurang mampu menunjukkan penguasaan lingkungan karena tidak mampu mengubah atau mengatasi situasi sulit di sekelilingnya (*environmental mastery*). Ibu dengan tingkat *neuroticism* yang tinggi kesulitan menetapkan tujuan hidup bersama karena secara emosional mereka labil, hidup mereka teralihkan untuk menangani perasaan cemas sehingga mereka juga tidak memperoleh makna dari setiap pengalaman masa lalunya (*purpose in life*). Mereka mudah merasa jenuh dan merasa hidupnya tidak berarti sehingga tidak mampu mengembangkan diri (*personal growth*).

Openness mengacu pada bagaimana seseorang bersedia melakukan penyesuaian pada suatu idea tau situasi yang baru. Ibu dengan *openness* yang tinggi memiliki *PWB* yang tinggi. Mereka penuh dengan rasa ingin tahu dan terbuka pada pengalaman yang baru sehingga mengarahkan mereka untuk mampu mengembangkan diri (*personal growth*). Mereka memiliki relasi yang positif dengan orang lain karena keterbukaannya membuat mereka lebih mudah bertoleransi terhadap orang lain (*positive relation with others*), hal ini juga berlaku dalam menerima semua keadaan yang dialami dirinya (*self-acceptance*). Mereka adalah orang yang kreatif sehingga mereka tahu apa yang harus dilakukannya ketika bosan (*environmental mastery*). Dalam menetapkan tujuan hidupnya, ibu dengan *openness*

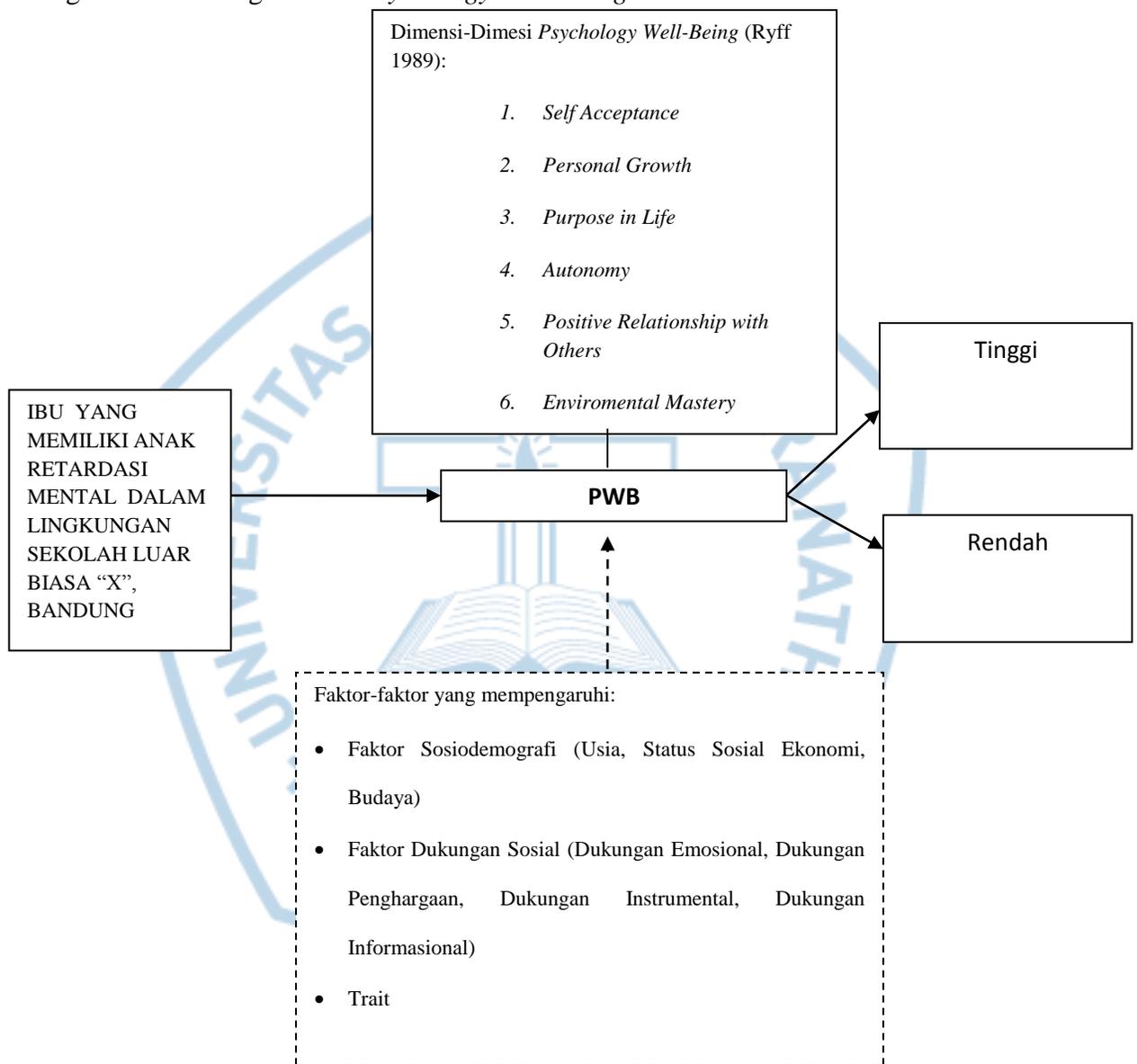
yang tinggi berkapasitas untuk menyerap informasi sehingga membantu mereka menentukan tujuan yang bermakna (*purpose in life*).



Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada skema kerangka pemikiran berikut:

1.5.1 Skema Kerangka Pikir

Bagan 1.5.1 Kerangka Pikir *Psychology Well-Being*



1.6 Asumsi Penelitian

Berdasarkan uraian di atas, dapat diasumsikan bahwa:

1. *Psychological Well-Being* pada ibu yang memiliki anak retardasi mental di lingkungan Sekolah Luar Biasa “X” terdiri dari enam dimensi yaitu *Self Acceptance, Personal Growth, Purpose in Life, Autonomy, Positive Relationship with Others, Enviromental Mastery*.
2. Selain terdiri dari keenam dimensi, *Psychological Well-Being* pada ibu yang memiliki anak retardasi mental di lingkungan Sekolah Luar Biasa “X” juga dipengaruhi oleh faktor demografis, dukungan sosial, religiusitas, dan *traits*.
3. Tinggi atau rendahnya *Psychological Well-Being* pada ibu yang memiliki anak retardasi mental di lingkungan Sekolah Luar Biasa “X” dipengaruhi oleh derajat setiap dimensi dari *Psychological Well-Being*.