

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Memiliki anak yang sehat adalah harapan semua pasangan. Tidak ada satu pasangan pun yang memikirkan dan bahkan membayangkan untuk memiliki anak yang mengalami gangguan, baik secara fisik maupun psikologis. Begitu juga pada pasangan yang memiliki anak autis. Namun tidak ada yang dapat memilih seperti apa anak yang akan lahir di dunia ini. Autisme sendiri adalah salah satu gangguan perkembangan pervasif yang ditandai dengan gangguan yang parah dan menyeluruh dalam interaksi sosial, kemampuan komunikasi dan juga dalam pola perilaku, minat dan kegiatan yang dilakukan berulang-ulang dan bersifat stereotip (Sharifah, 2007).

Direktur Bina Kesehatan Jiwa Kementerian Kesehatan, Diah Setia mengatakan, diperkirakan terdapat 112.000 anak di Indonesia menyandang autisme, pada rentang usia sekitar 5-19 tahun. Bila diasumsikan dengan prevalensi autisme 1,68 per 1000 untuk anak di bawah 15 tahun, dimana jumlah anak usia 5-19 tahun di Indonesia mencapai 66.000.805 jiwa berdasarkan data BPS tahun 2010, maka diperkirakan terdapat lebih dari 112.000 anak penyandang autisme pada rentang usia 5-19 tahun.

Orangtua yang memiliki anak penyandang autisme segala sesuatunya pasti tampak berbeda dari orangtua lainnya dari mulai kebutuhan psikis maupun fisik. Bagi orangtua yang memiliki anak autis, periode awal kehidupan anaknya merupakan masa-masa tersulit dan paling membebani. Pada periode ini sering kali orangtua berhadapan dengan begitu banyak permasalahan. Tidak saja berasal dari anaknya tetapi bercampur dengan masalah-masalah lainnya yang dapat membebani orang tua, termasuk permasalahan yang muncul dari reaksi masyarakat (Safaria, 2005).

Tidak mudah bagi orang tua untuk menghadapi kenyataan bahwa anak mereka mengalami gangguan autis. Awalnya orang tua akan bingung karena orang tua tidak memiliki pemahaman tentang autis. Ada juga orang tua yang *shock* dan merasa tertuduh karena memiliki pemahaman yang salah tentang gangguan autis. Orang tua merasa bahwa anak autis lahir akibat dosa-dosa orang tua, bahkan ada juga pasangan suami istri bertengkar lalu saling menyalahkan. Dampak dari kebingungan, keterkejutan, rasa berdosa dan pertengkaran orang tua yang berlarut-larut dapat merugikan anak autis karena diagnosis anak tidak segera ditatalaksana (Wanei, dkk. 2005).

Ibu merupakan sosok yang banyak terlibat sehari-hari dalam pengasuhan anak dibandingkan ayah, karena ayah berperan sebagai pencari nafkah utama sehingga mereka tidak terlalu terlibat dalam pengasuhan anak sehari-hari, oleh karena itu ibu dipandang sebagai sosok yang paling dekat dengan anak (Cohen & Volkmar, 1997). Ibu yang lebih sering menghadapi situasi-situasi yang tidak menyenangkan, seperti hubungan sosial anak yang terganggu, gangguan perkembangan dalam komunikasi dan lain sebagainya (Haditono, 1999). Setelah ibu yang memiliki anak autis melihat tingkah laku yang membuat ibu bingung maupun khawatir karena anak tersebut sulit berkomunikasi sehingga berdampak pada kesulitan menjalin relasi sosial, ibu juga memikirkan bagaimana cara penanganan yang tepat untuk anaknya namun tidak selalu berjalan sesuai harapan ibu yaitu ingin melihat anaknya optimal dalam perkembangannya, maka akan muncul perasaan terancam bagi ibu dikarenakan ibu takut tidak menemukan solusi untuk pengobatan anaknya. Selain itu ibu juga merupakan seorang istri yang harus memenuhi tuntutan rumah tangga sehingga fokusnya pun terbagi, bukan hanya merawat anaknya yang autis tetapi suami dan anaknya yang lain. Anak autis senantiasa membutuhkan banyak perhatian dan pengawasan dari orang-orang disekitarnya dibandingkan anak normal sehingga keterbatasan yang dimiliki anak autis mengakibatkan stress yang tinggi bagi ibu yang mengasuhnya (Price, 2009). Kondisi-kondisi tersebut akan

memunculkan stress pada ibu. Menurut Lazarus (1984) stress adalah tuntutan lingkungan yang mengganggu dan membebani serta melampaui batas kemampuan dirinya sehingga mengganggu kesejahteraan diri.

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan di Women's Christian College, Chennai, bahwa terdapat stress yang lebih terhadap ibu yang memiliki anak autis dibandingkan dengan stress pada ibu yang memiliki anak normal, jumlah ibu yang menjadi subjek penelitian sebanyak 25 orang dengan criteria umur anak 3-12 tahun.

Peneliti telah melakukan wawancara pada seorang ibu yang berusia sekitar 32 tahun yang memiliki anak autis di Bandung. Menurut ibu tersebut saat pertama kali anaknya didiagnosa autis pada umur anak sekitar 5 tahun, setelah itu dilakukan terapi secara berkala ke rumah sakit maupun tempat terapi. Di sekolah pun anak ini tidak mau bermain dengan anak seputranya. Ia lebih memilih menyendiri dan melakukan hal-hal yang aneh seperti memperhatikan benda selam berjam-jam, tak jarang anak ini mengamuk tiba-tiba disaat ia sudah makan asupan makanan yang tergolong banyak. Ia juga sering menyakiti orang di sekelilingnya bahkan merusak barangnya sendiri. Ibunya telah mencoba memberikan perawatan yang terbaik selama kurang lebih 7 tahun sejak anaknya dinyatakan menderita autis oleh dokter di rumah sakit. Sekarang anak tersebut sedikit berkurang agresinya, tetapi masih sulit untuk ada di lingkungan sosial, tak jarang juga ibunya lebih memilih tidak peduli dan menyerahkan kepercayaannya pada psikolog maupun pengasuhnya.

Anak autis memiliki kendala terutama dalam berkomunikasi, berinteraksi dan juga memiliki tingkah laku yang bersifat stereotip. Keterlambatan serta penyimpangan dalam berbicara menyebabkan anak autis sukar berkomunikasi serta tidak mampu memahami percakapan orang lain. Sebagian anak autis nampaknya seperti bisu (mute) dan bahkan tidak mampu menggunakan isyarat gerak saat berkomunikasi dengan orang lain, sehingga penggunaan bahasa isyarat tidak dapat dilakukan. Kesulitan berinteraksi sosial membuat

anggota keluarga juga mengalami kesulitan untuk membangun interaksi sosial dengan penyandang autis. Kemampuan komunikasi yang terganggu juga memberikan kesulitan tersendiri bagi anggota keluarga terutama ibu misalnya ketika penyandang autis tidak mampu menyampaikan keinginannya atau tidak memahami keinginan orang lain, mereka akan menampilkan tingkah laku yang biasanya sulit dikendalikan seperti mengamuk atau berteriak. Seorang ibu pada masa dewasa awal memiliki pemikiran pragmatis, kritis dan kreatif dalam memecahkan masalah yang ada di dalam perjalanan hidupnya. Pada siklus kehidupan berkeluarga, menjadi orang tua dan keluarga dengan anak ada pada fase ketiga dimana terdapat anggota baru di dalam sistem keluarga yaitu seorang anak (Santrock, 2011).

Peneliti juga melakukan survey di sekolah X. Di sekolah ini siswa penderita autis cukup banyak kurang lebih 40 siswa, sekolah ini terletak di kabupaten bandung selatan dan baru berdiri pada tahun 2003, di SLB ini siswa juga diberikan kegiatan ekstrakurikuler seperti musik, melukis, menjahit dan memasak. Para tenaga pendidik dibekali dengan ilmu untuk terapi bicara, perilaku dan *SI (sensory integration)* dan biasanya setelah selesai kelas siswa diberikan fasilitas terapi. Siswa di SLB "X" ini rentang usianya mulai dari 7 hingga 15 tahun. Peneliti melakukan wawancara terhadap 3 orang ibu yang memiliki anak autis di sekolah tersebut, ibu pertama mengakui bahwa ia mengalami stres dalam merawat anak autis ketika melakukan pengucapan kata yang repetitive dan sulit sekali diajak berkomunikasi, melihat hal tersebut ibu cemas dan merasa sedih tak jarang ibu tersebut melampiaskan kekesalan melihat kondisi anaknya dengan memarahi suami atau anggota keluarga yang berada dirumah. Ibu kedua merasa stres ketika anak memiliki jam tidur yang tidak efektif, karena sulit mengajak anaknya untuk tidur di waktu tidur sehingga ibu sering menemani anak hingga larut malam bahkan tak jarang jam 2 malam anaknya baru tertidur, hal itu menyebabkan ibu terbengkalai dalam menyiapkan sarapan di pagi hari dan tugas rumah tangga lainnya sehingga mempengaruhi kondisi kesehatan ibu, tetapi ibu tersebut selalu rutin meminum vitamin agar

tetap bisa merawat anaknya dan menjalankan pekerjaan rumah tangga, selain itu untuk mengatasi stresnya ibu tersebut terbiasa berinteraksi dengan sesama ibu yang memiliki anak autis di sekolah. Ibu ketiga merasa stres karena lingkungan yang tidak mendukung, anaknya yang autis seringkali mendapat penerimaan yang kurang dari lingkungan, tak jarang mendapat ejekan maupun pengucilan dari keluarga besar ketika sedang berkumpul karena hanya anaknya yang memiliki kekurangan sehingga ibu tersebut memilih untuk menjauhi lingkungan yang membuatnya merasa stres ketika dirumah ibu juga sering mudah marah. Dari ketiga wawancara terhadap ibu yang memiliki anak autis sebagian besar menggunakan *emotional focused coping*.

Bagi seorang ibu yang memiliki anak autis, dibutuhkan usaha untuk mengatasi berbagai permasalahan yang kerap muncul ketika merawat anak. Ketika ibu dalam kondisi stres, ibu akan mencari alternatif sesuai dengan penilaian yang dimiliki ibu seperti mencari bantuan kepada keluarga lainnya seputar informasi pengobatan anaknya maupun bepergian menghindari masalah yang ada. *Coping stress* oleh Lazarus (1984) dikemukakan sebagai perubahan kognitif dan tingkah laku yang terus menerus sebagai usaha untuk mengatasi tuntutan eksternal dan internal yang dinilai sebagai beban atau melampaui sumber daya dirinya.

Hal ini dipandang sebagai faktor penyeimbang yang membantu individu untuk mengurangi atau menghilangkan stress yang ditimbulkan oleh masalah yang ada, sehingga dapat dikatakan bahwa setiap kali ibu mengalami stress, maka ibu akan berupaya untuk mengatasi stress tersebut. *Coping stress* ada yang berpusat pada masalah (*problem focused coping*) dan ada juga yang berpusat pada emosi (*emotional focused coping*) (Lazarus&Folkman 1984).

Pada penelitian yang dilakukan oleh Desi Sulisty Wardani tahun 2009 di Surakarta Jawa Tengah, berdasarkan penelitian didapatkan hasil bahwa, sebagian besar ibu yang

memiliki anak autis mempunyai orientasi penyelesaian masalah yang berfokus pada cara atau strategi untuk menyelesaikan masalah atau *Problem Focused Coping*. Bentuk-bentuk usaha atau cara yang dilakukan ibu yang memiliki anak autis antara lain: berusaha mencari informasi tentang bagaimana cara menangani anak, bagaimana cara penyembuhan untuk anak, dan juga pendidikan yang bagaimana yang cocok untuk anak. Selain itu ibu yang memiliki anak autis juga berusaha mencari tempat terapi dan juga sekolah khusus untuk anak, serta memberikan pengertian tentang keadaan anak mereka pada masyarakat dengan baik-baik.

Dari uraian diatas, muncul keinginan peneliti untuk meneliti gambaran *coping stress* ibu yang memiliki anak autis, karena dilihat hasil survey di SLB “X” ketiga ibu memilih *emotional focused coping* untuk menanggulangi stres nya. Maka peneliti tertarik untuk meneliti jenis *coping* yang digunakan ibu lain yang memiliki anak autis di SLB “X” yang berada di Bandung.

1.2 Identifikasi Masalah

Ingin mengetahui gambaran *coping stress* apa yang dipilih ibu yang memiliki anak autis di SLB “X” Bandung.

1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian

1.3.1 Maksud Penelitian

Untuk memperoleh gambaran mengenai *coping stress* pada ibu yang memiliki anak autis di SLB “X” Bandung.

1.3.2 Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui gambaran mengenai *coping stress* pada ibu yang memiliki anak

autis di SLB “X” Bandung berdasarkan aspek-aspek dari *coping stress* serta faktor-faktor yang memengaruhi lainnya.

1.4 Kegunaan Penelitian

1.4.1 Kegunaan Teoritis

Sebagai wawasan dan teori bagi ilmuwan Psikologi Klinis tentang *coping stress* pada ibu yang memiliki anak autis di kota Bandung untuk mahasiswa psikologi yang akan melakukan penelitian selanjutnya.

1.4.2 Kegunaan Praktis

1. Memberikan informasi kepada orang tua, khususnya para ibu yang memiliki anak autis. Informasi ini diharapkan dapat membantu para ibu yang memiliki anak autis untuk mengetahui cara penanggulangan *stress*nya.
2. Memberikan informasi tentang strategi penanggulangan *stress* pada ibu, ayah, SLB “X” yang memiliki anak autis.
3. Memberikan informasi kepada ibu yang memiliki anak autis agar dapat mengatasi stresnya serta mengetahui cara penanggulangan stres.

1.5 Kerangka Pikir

Ibu yang memiliki anak autis dapat menjadikan anaknya sebagai *stressor* pada ibu, karena anak autis memerlukan tidak sedikit biaya untuk pendidikan, pengobatan maupun kehidupan kesehariannya, waktu dan tenaga yang dibutuhkan oleh ibu yang memiliki anak autis lebih besar untuk merawat anak autis. Hal tersebut yang dapat memicu stress pada ibu yang memiliki anak autis. Stres pada ibu juga berasal dari diri ibu maupun dari lingkungan. Stress akan muncul bila seseorang dihadapkan pada berbagai tuntutan lingkungan yang

mengganggu dan membebani serta melebihi batas kemampuan penyesuaian dirinya (Lazarus, 1984).

Individu akan mengalami tekanan emosi apabila situasi yang dihadapi dirasakan mengancam dirinya atau tuntutan yang dirasakan melebihi kemampuan yang dimiliki dirinya. Seorang ibu yang memiliki anak autis melakukan *primary appraisal* dengan mengevaluasi situasi yang dihadapinya seperti tugas, peran dan tanggung jawab sebagai seorang ibu dalam merawat anaknya, juga kondisi perkembangan dan kemajuan anaknya yang autis. Apabila situasi yang dihadapi oleh ibu dianggap membebani dan melebihi kemampuan yang dimilikinya maka ibu akan mengalami stress.

Hubungan antara individu dengan sumber stress tergantung pada bagaimana individu menilai sumber stress, apakah sebagai suatu ancaman atau tidak. Penilaian ini disebut sebagai penilaian kognitif (*cognitive appraisal*). Penilaian kognitif memiliki beberapa tahapan, yaitu proses penilaian primer (*primary appraisal*) dan proses penilaian sekunder (*secondary appraisal*). Saat menghadapi sumber stress atau stressor, ibu yang memiliki anak autis akan melakukan *primary appraisal*, yaitu proses mental yang berhubungan dengan aktifitas evaluasi terhadap situasi yang dihadapi. Jika situasi yang terjadi menimbulkan makna gangguan, kehilangan, ancaman, dan tantangan bagi ibu, maka termasuk kategori *stress appraisal*. Jika ibu yang memiliki anak autis memandang bahwa mengasuh dan mendidik anaknya yang autisme menyebabkan stress, hal ini termasuk *stress appraisal*.

Setelah itu, *secondary appraisal* merupakan proses yang digunakan untuk menentukan apa yang dapat atau harus dilakukan untuk meredakan stress yang sedang dihadapi. Pada tahap ini individu memilih cara yang menurutnya efektif untuk meredakan stress. Proses ini mencakup dua tahap yaitu, evaluasi mengenai *coping stress* yang akan yang dinilai paling efektif dalam menghadapi situasi tertentu dengan mempertimbangkan konsekuensi yang muncul sehubungan dengan *coping* tersebut. Evaluasi terhadap potensi – potensi yang

dimiliki ibu yang dapat mendukung upaya *coping stress*. Proses ini berusaha mempertimbangkan berbagai sumber yang dimiliki individu, dengan memperhitungkan tuntutan yang ada dalam menentukan *coping stress* yang akan digunakan.

Menurut hasil penelitian dari Autism Research Institute tahun 2013, ibu memiliki tingkat stres yang lebih dibandingkan dengan ayah, hal ini dikarenakan tiga faktor yaitu, terlalu fokus pada kondisi permanen pada anak autis, kurangnya penerimaan anggota keluarga terhadap tingkah laku anak autis, rendahnya dukungan sosial yang diterima oleh orang tua anak autis. Faktor-faktor tersebut akan memicu ibu menjadi semakin stres atau yang biasa disebut dengan *parental stress*. Meskipun ayah dan ibu yang memiliki anak autis akan sama-sama mengalami stres namun penghayatan dari individu yang berbeda yang akan membedakan tingkat stresnya, ibu lebih banyak berinteraksi dengan anak dalam kesehariannya dan ibu juga yang merawat anak dengan kondisi yang berbeda-beda, sedangkan ayah lebih banyak berada diluar rumah untuk bekerja maupun melakukan aktifitas. Dari tuntutan kebutuhan serta kondisi anak autis yang dialami ibu dalam merawat anak autis akan memunculkan stres psikologis pada ibu jika ibu tidak dapat memenuhi tuntutannya dan ibu menganggap hal itu sebagai beban yang melampaui kemampuannya sehingga mengganggu kesejahteraan psikis ibu (Lazarus & Folkman, 1984).

Dalam menanggulangi stresnya ibu akan melakukan *coping stress*. *Coping* dapat diartikan sebagai usaha yang dilakukan ibu yang memiliki anak autis untuk mengubah tingkah laku dan kognitif secara konstan untuk mengatur tuntutan-tuntutan internal atau eksternal yang spesifik yang dinilai sebagai beban atau melampaui sumber daya yang dimiliki ibu. Tuntutan-tuntutan tersebut berupa tanggung jawab dalam membesarkan dan mendidik anaknya yang mengalami autis.

Sebelum ibu melakukan *coping*, ada beberapa sumber *coping* yang akan mempengaruhi ibu melakukan maupun memilih cara *coping* baik dengan *problem focused* maupun *emotional focused*.

Pertama adalah kesehatan dan energi, yang merupakan sumber fisik yang sering dapat mempengaruhi upaya menangani atau menanggulangi masalah. Dalam keadaan sehat, ibu di sekolah X lebih prima untuk mendampingi anaknya yang autis, yang membutuhkan lebih banyak perhatian dan bimbingan daripada anak lain. Dalam keadaan kurang sehat, kondisi badan yang lemas dan sakit mengurangi kapasitas ibu di sekolah X untuk fokus terhadap kebutuhan anaknya yang autis.

Kedua adalah keterampilan untuk memecahkan masalah. Termasuk di dalamnya adalah kemampuan untuk mencari informasi, menganalisa situasi, mengidentifikasi masalah sebagai upaya mencari alternatif tindakan, mempertimbangkannya, memilih dan menerapkan rencana tepat dalam bertindak untuk menanggulangi masalah. Keterampilan untuk memecahkan masalah diperoleh melalui pengalaman luas, pengetahuan yang dimiliki, kemampuan intelektual atau kognitif untuk menggunakan pengetahuan tersebut serta kapasitas untuk mengendalikan diri. Ibu yang memiliki keterampilan untuk memecahkan masalah di sekolah X akan aktif mencari informasi ke sekolah maupun ke ahli di luar sekolah lebih besar mendapat pengetahuan dan keterampilan tambahan untuk mengasuh dan mendidik anaknya yang autis secara tepat, sedangkan ibu yang tidak memiliki keterampilan untuk memecahkan masalah di sekolah X akan jarang mencari informasi tambahan dari sekolah maupun ahli di luar sekolah, kurang memiliki pengetahuan dan keterampilan untuk mengasuh dan mendidik anaknya yang autis secara tepat.

Ketiga adalah keyakinan untuk positif. Sikap optimis, pandangan positif terhadap kemampuan diri merupakan sumber daya psikologis yang sangat penting dalam upaya menanggulangi masalah. Ibu di sekolah X yang memiliki keyakinan untuk positif lebih aktif

dan termotivasi untuk terus mencari cara yang tepat dalam mengasuh dan mendidik anaknya yang autis. Ibu lebih bersemangat untuk mendampingi anak hingga anak mampu mandiri. Ibu yang kurang memiliki keyakinan untuk positif, kurang memiliki motivasi untuk mencari informasi dan cara yang tepat dalam mengasuh dan mendidik anaknya yang autis. Ibu cenderung pesimis, berpikir bahwa anaknya yang autis tidak akan mampu hidup mandiri seperti anak lainnya.

Keempat adalah keterampilan sosial yang adekuat dan efektif. Keterampilan sosial memudahkan pemecahan masalah bersama dengan orang lain, memberikan kemungkinan untuk bekerja sama, dan memperoleh dukungan. Ibu di sekolah X yang terbuka untuk mencari dan menerima informasi dari lingkungan sekitarnya, serta mampu saling berbagi dengan orang tua lain di sekolah, merasa mendapat dukungan dan tidak sendirian dalam mengalami kesulitan mengasuh anak dengan autisme. Hal ini membantu ibu di sekolah X dalam menggunakan *coping stress*. Ibu di sekolah X yang jarang bertukar informasi dengan orang tua lain dan kurang terbuka untuk mencari dan menerima informasi dari lingkungan sekitarnya merasa tidak ada yang mendukung dan harus mengalami masalah ini sendirian. Hal ini menimbulkan stress bagi ibu.

Kelima adalah dukungan sosial. Melalui orang lain, ibu yang memiliki anak dengan autisme dapat memperoleh informasi, bantuan atau dukungan emosional yang dapat membantu ibu menanggulangi masalah. Ibu di sekolah X yang mendapat dukungan dari sekolah, dari sesama orang tua, dan dari keluarga dalam mengasuh dan mendidik anaknya yang autis lebih mampu mengatasi masalah dalam mengasuh dan mendidik anaknya yang autis, dibandingkan dengan ibu di sekolah X yang kurang mendapat dukungan.

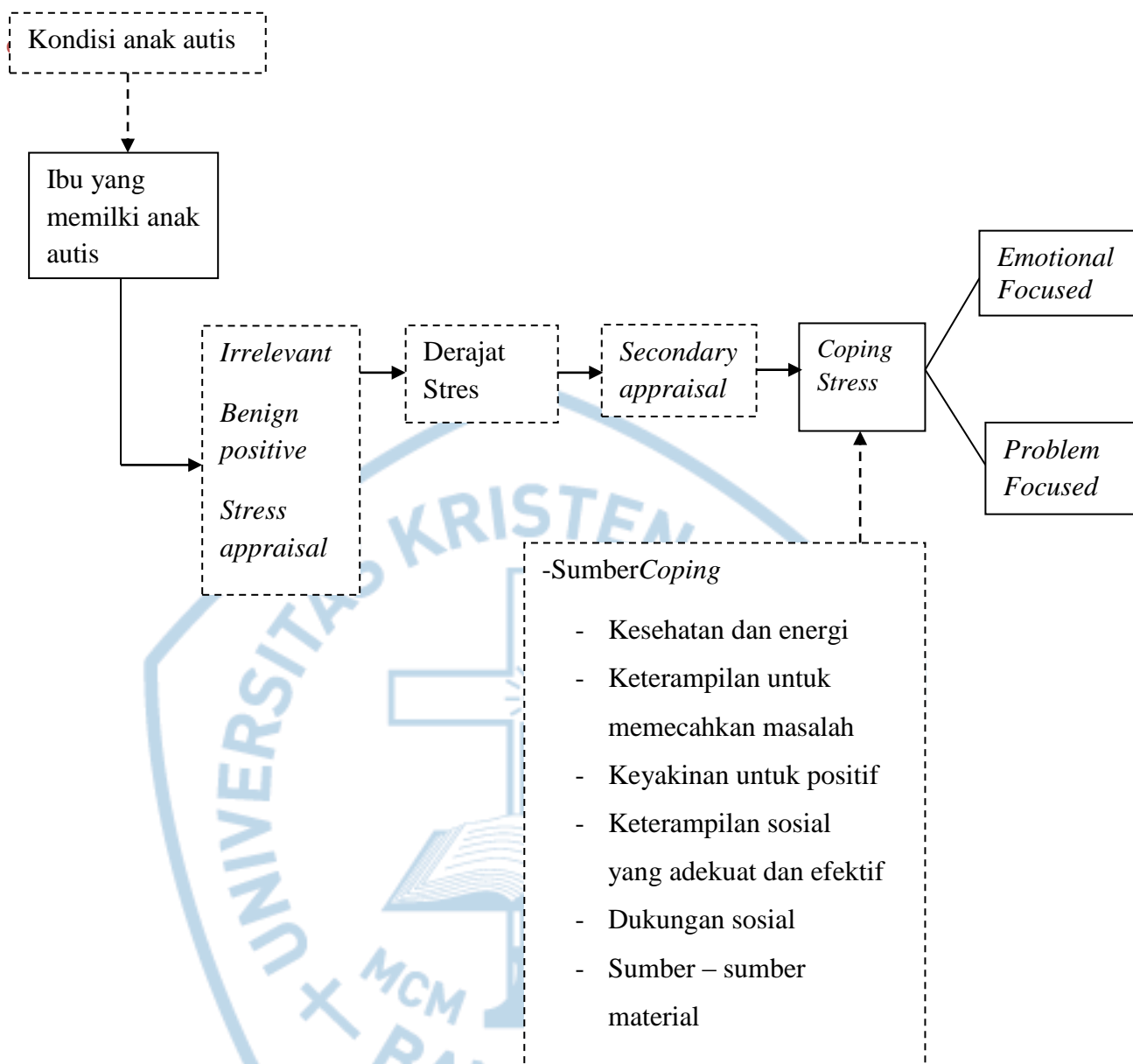
Keenam adalah sumber-sumber material, dapat berupa uang, barang, fasilitas lain yang dapat mendukung terlaksananya penanggulangan secara efektif. Ibu di sekolah X yang memiliki sumber material akan mendapat fasilitas yang cukup dalam mendidik anaknya yang

autis, selain itu kondisi ekonomi dalam keluarga ibu di sekolah X mempengaruhi kemampuan ibu untuk mengasuh dan mendidik anaknya yang autis secara tepat. Sedangkan ibu yang tidak mempunyai sumber material tidak dapat melakukan hal tersebut.

Berdasarkan sumber coping yang telah dijelaskan maka ibu akan memilih strategi penanggulangan stresnya, ada yang menggunakan *emotional focused coping* dan ada juga yang menggunakan *problem focused coping*. Strategi penanggulangan stress yang berpusat pada emosi (*emotional focused*) diarahkan untuk mengurangi tekanan emosi yang diakibatkan oleh stress, dengan cara menghindar. Strategi ini digunakan untuk memelihara harapan dan optimisme, menyangkal fakta dan akibat yang mungkin dihadapi, menolak untuk mengakui hal terburuk dan bereaksi seolah-olah apa yang terjadi tidak menimbulkan masalah. Ibu juga akan bereaksi seolah-olah tugas, peranan dan tanggung jawabnya tidak menimbulkan stress. *Distancing*, dengan cara ini ibu berusaha untuk melepaskan diri dan mengambil jarak dengan masalahnya, misalnya tidak mau mengantar anaknya ke tempat terapi, *Self control* dengan cara ini ibu bersedia untuk meregulasi perasaannya maupun tindakan yang diambil, misalnya ibu tetap bersikap tenang saat mengetahui bahwa anaknya menderita autis. *Seeking social support*, dengan cara ini juga ibu bersedia mencari dukungandari pihak luar berupa informasi, dukungan nyata maupun emosional, misalnya ibu sharing dengan sesama ibu lain yang memiliki anak autis. *Accepting responsibility*, dengan cara ini ibu sadar akan peran dirinya dalam permasalahan yang dihadapinya dan mencoba memperjelas masalahnya secara objektif, misalnya ibu tahu bagaimana melakukan hal yang terbaik untuk anaknya. *Escape Avoidance*, dengan cara ini ibu berusaha untuk menghindari permasalahan, misalnya ibu tidak mau membawa anaknya ke tempat terapi. *Positive reappraisal*, dengan cara ini ibu berusaha menciptakan makna positif yang diarahkan pada pengembangan pribadi dan juga melibatkan hal-hal yang bersifat religious, misalnya dengan berpikir bahwa menyayangi anaknya tanpa ada penyesalan merupakan sifat mulia yang dicintai oleh Tuhan.

Strategi penanggulangan masalah yang berfokus pada masalah (*problem focused*) diarahkan pada usaha individu untuk memecahkan masalah yang ada, mencari dan memilih berbagai alternatif yang dapat digunakan untuk menanggulangi stress. Terdapat dua bentuk pemecahan masalah yang berpusat pada masalah, yaitu *Confrontative coping*, dengan cara ini ibu akan berusaha untuk mengatasi keadaan yang menyebabkan stress, misalnya mencari informasi seputar tempat terapi untuk anaknya. *Planful problem solving*, dengan cara ini akan ibu berusaha untuk menganalisa masalah, misalnya memeriksakan anak ke terapis untuk menganalisis masalahnya, menentukan apakah anaknya harus diterapi kemudian dibawa ke tempat terapi terbaik.





Gambar 1.1 Bagan Kerangka Pikir

1.6 Asumsi Penelitian

1. Ibu yang memiliki anak autis mengalami stres.
2. Ibu yang memiliki anak autis akan menanggulangnya dengan melakukan *coping stress*, namun sebelum melakukan *coping* ibu melewati dua penilaian yaitu *primary appraisal* dan *secondary appraisal*.
3. Sumber-sumber *coping stress* yang dimiliki ibu diantaranya, kesehatan dan energi, keterampilan untuk memecahkan masalah, keyakinan untuk positif, keterampilan yang adekuat dan efektif, dukungan sosial, sumber-sumber material.
4. Ibu yang memiliki anak autis akan memilih strategi penanggulangan stress (*coping stress*) diantaranya dibagi menjadi dua yaitu, *emotion focused* dan *problem focused*.

