

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang Masalah

Dalam perkembangannya, setiap anak memiliki kemungkinan mengalami gangguan. Ada berbagai macam gangguan perkembangan yang mungkin dimiliki anak, sebagai contoh adalah gangguan belajar seperti gangguan membaca (*dyslexia*), gangguan perkembangan perilaku seperti ADHD (*Attention Deficit Hyperactivity Disorder*), gangguan kecemasan (*anxiety disorder*), gangguan perkembangan mental, dan banyak gangguan lainnya. Autisme adalah salah satu gangguan perkembangan anak yang cukup menarik perhatian karena meningkatnya jumlah anak yang mengalami gangguan ini dari tahun ke tahun tahun.

Tidak ada angka yang pasti mengenai jumlah anak autistik di Indonesia. Namun begitu, hasil survei yang diambil dari beberapa negara menunjukkan bahwa di Inggris setiap 1 dari 150 anak memiliki gangguan autisme, sedangkan di Amerika prevalensi autisme 1 : 166. Angka anak yang memiliki gangguan autisme meningkat dari tahun ke tahun. Menurut sebuah penelitian, prevalensi anak autistik pada tahun 1987 hanya mencapai 1 : 5000. Tahun 1997 meningkat menjadi 1 : 500 dan tahun 1999, menjadi 1 : 250 (<http://www.kaltengpos.com/berita/index.asp?Berita=FokusUtama>)

Menurut Ika Widyawati dari bagian Psikiatri Fakultas Kedokteran-Universitas Indonesia Jakarta (Kompas, 18 Juli 1999) autisme adalah kondisi otak

yang secara struktural tidak lengkap, atau sebagian sel otaknya tidak berkembang sempurna, ataupun sel – sel otak mengalami kerusakan pada masa perkembangannya. Gangguan perkembangan komunikasi pada anak autistik ditunjukkan dengan keterlambatan berbicara, bahkan beberapa anak tetap tidak berbicara secara verbal sampai ia dewasa. Hal ini membuat anak autistik menggunakan bahasa non verbal untuk menyatakan keinginan atau kebutuhannya. Selain gangguan dalam berkomunikasi, anak autistik juga mengalami gangguan dalam bersosialisasi. Anak autistik banyak menghabiskan waktu mereka sendiri dan tidak tertarik untuk berinteraksi dengan lingkungannya. Beberapa orang tua mengatakan bahwa anak mereka “*cuek*”, jika diajak bicara biasanya tidak memberikan perhatian sehingga beberapa orang tua sempat menduga bahwa anak mereka tuli.

Lebih banyak duka yang dirasakan oleh orang tua anak autistik dibandingkan dengan sukanya. Duka yang dirasakan oleh orang tua dikarenakan oleh banyaknya tekanan yang ditimbulkan oleh anak mereka. Walau orang tua sama-sama mengalami tekanan, namun tekanan yang dialami oleh ayah dan ibu berbeda. Seorang ayah mengalami tekanan lebih pada soal ekonomi untuk membiayai keluarganya dan juga biaya terapi dan perawatan anaknya yang autistik. Seorang ibu mengalami tekanan mengenai perawatan dan penanganan langsung pada anaknya yang autistik karena pada umumnya ibulah yang lebih banyak menghabiskan waktu bersama anaknya ketika ayahnya sedang pergi bekerja. Oleh karena itu pada umumnya ibu lebih tahu mengenai persoalan anaknya yang autistik dan lebih mengalami tekanan dalam membesarkan anaknya.

Pada awalnya ibu sangat sulit untuk mengerti anak autistik, hal ini terjadi karena anak autistik tidak dapat mengemukakan apa yang mereka inginkan dan apa yang mereka butuhkan. Kesulitan mengerti keinginan anak mereka akan menuntun pada kesulitan selanjutnya yaitu menenangkan anak mereka yang *tantrum*. Anak autistik akan *tantrum* luar biasa jika tidak mendapatkan apa yang mereka inginkan, bahkan mereka sanggup menangis selama 2 jam penuh tanpa dapat dibujuk oleh orang tuanya. Jika hal tersebut terjadi di rumah mungkin masih dapat diterima, namun jika anak mereka *tantrum* di tempat umum, di mana banyak orang ingin melihat apa yang terjadi dan menonton anak mereka yang sedang *tantrum*, sedih, malu bercampur bingung harus berbuat apa itulah yang mereka rasakan (Bunga Rampai, Rangkuman Milis Peduli-autis@Putrakembara.org).

Di samping harus menangani dan menghadapi tingkah laku anak autistik yang berbeda dengan anak-anak pada umumnya, ibu juga harus mencari dan mengupayakan alternatif penanganan yang sesuai dengan kebutuhan anaknya. Penanganan yang sesuai dengan kebutuhan anak sangat diperlukan karena setiap anak memiliki kebutuhan yang berbeda dari anak lainnya. Greenspan, 1998, (dalam Artikel Peran Keluarga pada Penanganan Individu Autistic Spectrum Disorder, Dyah Puspita) menekankan bahwa setiap anak memiliki profil yang unik dan spesifik. Perbedaan yang ada ini sangat berpengaruh pada rancangan intervensi yang melibatkan orang tua, terapis dan pendidik. Jika penanganan yang diberikan tidak tepat maka anak autistik tersebut tidak atau sangat sedikit memperlihatkan tanda-tanda kemajuan.

Ibu yang memiliki anak autistik menanggung beban yang lebih berat daripada ibu-ibu pada umumnya. Seorang ibu yang memiliki anak autistik harus mampu mengawasi anaknya, mengontrol diet, menentukan terapi dan mengulanginya di rumah, tetap memelihara rumahnya, mengurus keperluan suami dan anak-anaknya yang lain, bahkan ada beberapa ibu yang memiliki anak autistik yang ikut bekerja untuk membantu ekonomi rumah tangganya. Segala tanggung jawab dan permasalahan yang dipikul oleh ibu yang memiliki anak autistik menimbulkan tekanan yang besar bagi mereka. Jika tekanan yang dihadapi oleh ibu tidak dapat ditangani dengan baik, maka akan mengganggu aktivitas mereka sehari-hari, membuat pekerjaan mereka tidak produktif, dan memandang hidup mereka sebagai suatu beban. Oleh karena itu ibu yang memiliki anak autistik diharapkan dapat beradaptasi dengan tekanan yang dihadapinya sehingga mereka tetap dapat beraktivitas dan berproduktivitas seperti biasa. Kemampuan untuk beradaptasi terhadap situasi yang menekan disebut dengan resiliensi.

Resiliensi secara umum adalah kemampuan untuk beradaptasi dalam situasi yang menekan atau menantang (Masten & Coatsworth, 1998 dalam Working Paper Draft Resilience, Nancy J. Davis, 1999). Jika ibu memiliki resiliensi tinggi maka mereka dapat beradaptasi dalam situasi menekan yang membuat mereka stres dan tetap dapat beraktivitas serta produktif dalam pekerjaan mereka. Apabila ibu memiliki resiliensi yang rendah mereka cenderung tidak dapat beradaptasi dengan situasi menekan tersebut dan cenderung terperangkap di dalamnya sehingga aktivitas lain terabaikan dan produktivitas mereka menurun.

Menurut Bonnie Benard (2004), orang yang memiliki resiliensi tinggi ditandai dengan kemampuan bersosialisasi walaupun sedang menghadapi tekanan yang berat. Mereka tetap dapat membina hubungan yang positif dengan lingkungannya, membantu orang lain yang sedang kesulitan, mampu mengkomunikasikan perasaan mereka dan berempati terhadap orang yang sedang mengalami masalah (*Social Competence*). Selain memiliki kemampuan bersosialisasi, orang yang memiliki resiliensi tinggi juga dapat mencari pemecahan yang efektif terhadap masalah mereka. Walaupun sedang mengalami keadaan sulit dan tekanan berat tetap mampu memikirkan rencana-rencana yang harus mereka jalani, bersikap fleksibel jika rencana tersebut tidak berjalan lancar, dan mencari bantuan orang lain jika mereka membutuhkan (*Problem Solving*).

Hal lain yang menunjukkan seseorang memiliki resiliensi tinggi adalah kemampuan untuk mandiri dan rasa percaya diri untuk mengontrol apa yang terjadi di lingkungannya. Orang yang percaya diri biasa memiliki identitas yang positif, dan juga merasa bahwa segala sesuatu yang terjadi dalam kehidupan mereka dapat dikendalikan oleh dirinya bukan ditentukan oleh lingkungan (*Autonomy*). Terakhir seseorang yang memiliki resiliensi tinggi memiliki tujuan yang jelas dan motivasi untuk meraih sesuatu. Mereka juga mampu bersikap optimistis dan memiliki pengharapan walaupun sedang di tengah masalah berat yang seakan-akan tidak ada pengharapan. Seringkali pengharapan ini timbul karena mereka memiliki iman, dan merasa hidup mereka berarti sehingga tidak cepat menyerah (*Sense of purpose and bright future*).

Sebaliknya, seseorang yang memiliki resiliensi rendah cenderung terfokus pada dirinya sendiri dan segala masalah yang dihadapinya. Ketika bergaul dengan teman-temannya, sebagian besar perhatian ditujukan kepada dirinya, mereka tidak dapat melihat kesulitan yang dihadapi orang lain karena menganggap kesulitan mereka yang paling berat, hal ini membuatnya tidak dapat berempati, dan sulit memberikan bantuan kepada orang lain (*Social Competence*). Dalam mencari pemecahan masalah orang dengan resiliensi rendah terpaku pada satu jalan saja, sulit bagi mereka mencari alternatif jalan lain jika jalan tersebut mengalami hambatan, mereka juga kurang dapat menggunakan sumber daya yang ada pada mereka, kurang berinisiatif mencari bantuan orang lain (*Problem Solving*). Di samping itu mereka kurang percaya diri, identitas diri mereka cenderung negatif, dan mereka berpikir bahwa segala sesuatu yang terjadi dalam hidup mereka tergantung dari lingkungan, mereka tidak memiliki pengaruh untuk mengubah masa depan mereka (*Autonomy*). Terakhir, mereka tidak memiliki rencana mengenai masa depannya, cenderung cepat putus asa, dan memandang masa depannya tidak memiliki harapan (*Sense of purpose and bright future*).

Berdasarkan hasil wawancara dengan dua orang ibu yang memiliki anak autistik di tempat terapi “X” diketahui bahwa mereka memiliki resiliensi yang berbeda-beda dengan ciri khasnya masing-masing. Ibu G yang bekerja sebagai guru bahasa Inggris di suatu sekolah, kebetulan sekolah di mana ia bekerja menerima murid-murid yang memiliki gangguan juga. Pengalaman Ibu G memiliki anak autistik membuatnya dapat memahami perasaan orang tua muridnya yang memiliki gangguan. Ibu G selalu berusaha untuk menguatkan

orang tua yang sulit untuk menerima keadaan anaknya dengan menceritakan pengalaman yang dimilikinya dan memberikan nasihat untuk menguatkan perasaan orang tua muridnya (*Social Competence*). Di samping itu Ibu G juga memiliki *Sense of purpose and bright future* yang tinggi, karena hal yang paling dikhawatirkan oleh ibu G mengenai anaknya yang autistik adalah bagaimana keadaannya jika ia sudah tidak ada, ia mengkhawatirkan hal ini karena usianya yang sudah tidak muda lagi, ibu G melahirkan anaknya yang sekarang autistik ketika ia berusia 40 tahun lebih. Oleh karena itu ibu G sudah berpikir jauh ke depan, ia menyiapkan anak-anaknya yang lain untuk menjaga adiknya yang autistik, anak kedua ibu G yang perempuan seringkali diminta untuk ikut menjaga adiknya sehingga ketika ibu G tidak ada anaknya sanggup menjaga adiknya yang autistik. Di samping itu ibu G sudah mempersiapkan tabungan bagi anak autistiknya sebagai persiapan biaya hidupnya jika Ibu G sudah tidak ada (*Sense of purpose and bright future*). Selain itu Ibu G juga tidak malu mengakui keadaan anaknya yang autistik, dan melihatnya sebagai anak yang berharga (*Autonomy*). Dalam menjalankan terapi ibu G meminta pembantunya untuk mengantarkan anaknya ke tempat terapi karena ia harus mengajar, dan di rumah ibu G sendiri yang mengulang terapi yang dilakukan di tempat terapi (*Problem Solving*).

Ibu Y tinggal di Bandung hanya berdua dengan anaknya, suami ibu Y bekerja di Jakarta dan pulang seminggu sekali. Walaupun hanya seorang diri ibu Y mampu mengurus anak autistiknya setiap hari bahkan merangkap sebagai *helper* anaknya di sekolah. Selain mengurus anaknya, ibu Y juga bekerja membantu usaha ibunya sebagai distributor tas olah raga. Oleh karena itu setiap

hari setelah anaknya pulang sekolah ia menitipkan anaknya di rumah ibunya kemudian ibu Y sendiri pergi lagi menawarkan tas ke toko-toko olah raga. Setelah pekerjaannya selesai ia menjemput kembali anaknya untuk pulang ke rumah. Sesampai di rumah ibu Y harus mengurus rumahnya sendiri karena ia tidak memiliki pembantu. Menurut ibu Y tidak mudah untuk melakukan seluruh pekerjaan tersebut sendirian, namun ia berusaha keras untuk melakukannya (*Autonomy*). Walaupun sibuk ibu Y tetap berusaha menolong orang lain, ketika saudara ibu Y meminta diantar ke dokter, ibu Y menyanggupinya malam-malam mengantar saudaranya ke dokter sambil membawa anaknya yang autistik karena tidak ada yang menjaganya di rumah (*Social Competence*). Seluruh kesibukannya itu membuat ibu Y tidak memiliki waktu untuk mencari informasi mengenai autisme, informasi tersebut ia dapat dari suaminya (*Problem Solving*). Ketika ditanya mengenai rencana-rencana yang dimiliki oleh ibu Y untuk masa depannya ataupun masa depan anaknya, ibu Y belum mempunyai rencana yang spesifik (*Sense of purpose and bright future*).

Dari fakta-fakta yang sudah dijelaskan di atas, dapat dilihat bahwa memiliki anak autistik tidak mudah, seorang ibu butuh perjuangan besar dalam menerima, mengasuh, mendidik, dan merencanakan masa depannya dan anaknya yang autistik. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut resiliensi pada orang tua yang memiliki anak autistik di tempat terapi “X”.

Peneliti melakukan penelitian di tempat terapi “X” karena berdasarkan wawancara dengan psikolog di tempat tersebut diketahui tempat terapi “X” adalah tempat terapi yang memiliki organisasi yang terstruktur di kota Bandung.

Organisasi yang terstruktur ini mempermudah orang tua untuk melakukan administrasi, mencari informasi yang berkaitan dengan anaknya, dan untuk mengontrol kemajuan setiap anak diadakan program evaluasi setiap bulannya dengan para orang tua. Selain itu biaya terapi di tempat terapi “X” relatif murah, tidak mencari keuntungan semata, bahkan terkadang jika ada orang tua yang tidak mampu mencari dana tempat terapi “X” membantu mencarikan dana bagi mereka sehingga dapat sedikit membantu meringankan bebannya.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian di atas, maka masalah yang akan diteliti adalah bagaimana derajat resiliensi ibu yang memiliki anak autistik di tempat terapi “X” Bandung.

1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian

1.3.1 Maksud Penelitian

Maksud penelitian ini adalah untuk memperoleh gambaran derajat resiliensi yang dimiliki oleh ibu yang memiliki anak autistik pada perkumpulan terapi “X” di Bandung.

1.3.2 Tujuan Penelitian

Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk memperoleh gambaran tinggi atau rendahnya derajat resiliensi ibu yang memiliki anak autistik yang diukur melalui aspek *social competence*, *problem solving*, *autonomy*, dan *sense of purpose*.

1.4 Kegunaan penelitian

1.4.1 Kegunaan Ilmiah

- Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan informasi bagi bidang psikologi klinis mengenai resiliensi orang tua yang memiliki anak autistik.
- Penelitian ini diharapkan berguna juga bagi peneliti selanjutnya yang tertarik pada resiliensi terutama resiliensi orang tua yang memiliki anak autistik.

1.4.2 Kegunaan Praktis

- Memberikan informasi bagi ibu yang memiliki anak autistik mengenai resiliensi agar dalam mendampingi anaknya mereka tetap mampu beraktivitas serta produktif dengan memperhatikan resiliensi di dalam dirinya.
- Memberikan informasi kepada suami mengenai resiliensi agar suami dapat memberikan dukungan bagi istrinya dalam mendampingi anak mereka dengan memperhatikan resiliensi tersebut.
- Memberikan informasi bagi para praktisi (psikolog, terapis, dan konselor) tentang resiliensi agar mereka dapat memberikan dukungan bagi ibu yang memiliki anak autistik sehingga di tengah kesulitannya membesarkan anaknya yang autistik, para ibu mampu tetap produktif melakukan tanggung jawabnya dengan cara memperhatikan resiliensi ibu tersebut.

1.5 Kerangka Pikir

Setiap orang yang berusia 22 – 42 tahun berada dalam tahap perkembangan *early adulthood*, salah satu tugas perkembangan mereka adalah bekerja, berkeluarga dan membesarkan anak (Santrock, 2004). Ketika seorang wanita menjadi orang tua baik melalui kehamilan, adopsi atau orang tua asuh, mereka menghadapi ketidakseimbangan dan harus beradaptasi (Heincke, 2002; Klitzing, Simoni, & Burgin, 1999; dalam buku *Life Span Development*). Kebanyakan wanita ingin membangun kedekatan dengan anak mereka, namun masih ingin untuk membangun kedekatan yang kuat dengan pasangan dan teman mereka, juga meneruskan karir di bidang pekerjaan mereka. Wanita merasa kebingungan dengan peran mereka sebagai ibu dan seringkali hal ini membuat mereka menjadi merasa tertekan karena kehadiran seorang anak membuat kewajiban baru bagi pasangan dan mereka tidak dapat melakukan segala sesuatu sekehendak mereka lagi (Santrock, 2004).

Seperti orang tua lainnya, ibu yang memiliki anak autistik akan merasa bingung dan seringkali membuat mereka tertekan ketika pertama kali merawat dan membesarkan anaknya. Rutter, 1978, mendefinisikan gangguan autisme dengan empat ciri, yaitu gangguan atau keterlambatan perkembangan sosial yang tidak ada kaitannya dengan keterbelakangan mental, gangguan komunikasi, tingkah laku yang tidak biasa seperti pergerakan yang khas, dan biasanya autisme terjadi pada anak sebelum berusia 30 bulan

Kesulitan-kesulitan yang dialami dalam mengasuh dan mendidik anak autistik membuat banyak ibu mengalami tekanan yang berat. Kesulitan yang

pertama kali dialami oleh ibu yang memiliki anak autistik adalah kesulitan untuk menerima kenyataan bahwa anak mereka mengalami gangguan autisme, ibu menjadi sedih terutama jika mereka melihat anak normal sudah mencapai tahap perkembangan tertentu, anak mereka dalam usia yang sama tertinggal perkembangannya. Kesulitan berikutnya dialami ketika mereka harus mengasuh dan mendidik anaknya yang memiliki tingkah laku berbeda dari anak normal karena anak autistik mengalami gangguan komunikasi, sosial, dan pergerakannya yang khas, oleh karena ini mereka membutuhkan perhatian lebih dibandingkan dengan anak-anak normal. Selain itu ibu juga memiliki tanggung jawab lain yaitu mengurus rumah tangganya, memenuhi kebutuhan suaminya dan memperhatikan perawatan anak-anaknya yang lain. Banyaknya tuntutan dan tanggung jawab yang dipikul oleh ibu yang memiliki anak autistik dapat membuat mereka tertekan.

Rasa tertekan pada ibu yang memiliki anak autistik dapat membuat konsentrasi mereka terhadap aktivitas lainnya terganggu, bagi ibu yang bekerja bahkan dapat membuat produktivitas mereka menurun. Jika keadaan ini berkelanjutan akhirnya akan berdampak pada penanganan anak mereka, ibu menjadi mudah marah dan tidak sabar dalam menghadapi anaknya yang autistik. Kapasitas dalam diri seseorang untuk beradaptasi terhadap situasi yang menekan dirinya disebut dengan resiliensi. Menurut Benard, 1991, resiliensi merupakan kemampuan individu untuk beradaptasi dan berfungsi secara baik walaupun di tengah situasi yang menekan atau halangan atau rintangan. Jika ibu memiliki resiliensi tinggi mereka mampu beradaptasi dengan keadaan anaknya yang membuat mereka tertekan, mereka masih mampu mengurus rumah tangga mereka

dengan baik, merawat suami serta anaknya yang lain, dan bahkan masih mampu bekerja.

Bonnie Benard, 2004 mengemukakan bahwa ada empat aspek dalam diri seseorang yang memiliki resiliensi tinggi. Aspek tersebut adalah *Social Competence, Problem Solving, Autonomy*, dan *Sense of purpose and bright future*. Menurut Bonnie Benard, *social competence* ditunjukkan oleh kemampuan menjalin bersikap positif terhadap lingkungan dengan cara bersikap hangat dan terbuka dalam menjalin relasi sosial, mampu mengkomunikasikan apa yang dirasakan tanpa menyakiti orang lain, mampu berempati, mengetahui apa yang orang lain rasakan dan mampu mengerti serta melihat suatu hal dari sudut pandang orang lain, peduli terhadap masalah orang lain serta mau memberikan pertolongan jika diperlukan. Di samping mampu menjalin hubungan positif dengan lingkungan maka diharapkan lingkungan pun dapat memberikan sikap yang positif terhadap dirinya.

Kemampuan *problem solving* adalah kemampuan yang dibangun dari berbagai keterampilan. Keterampilan tersebut adalah keterampilan untuk merencanakan, kemampuan untuk bersikap fleksibel yaitu kemampuan memikirkan jalan lain ketika jalan yang mereka tempuh tidak berhasil, kemampuan berpikir kritis dalam bentuk memikirkan dan berusaha mengerti makna suatu peristiwa yang terjadi dalam hidup mereka. Di samping itu diperlukan juga kemampuan memanfaatkan segala sumber daya yang ada pada mereka baik berupa barang, orang-orang di sekitar mereka untuk membantu mereka menyelesaikan suatu masalah.

Autonomy melibatkan kemampuan untuk bersikap mandiri dan perasaan memiliki kontrol terhadap lingkungannya. Orang yang memiliki kontrol terhadap lingkungannya memiliki identitas yang positif terhadap diri mereka, juga memiliki *locus of control internal*. *Locus of control internal* menjadikan seseorang merasa memiliki kekuatan atau kuasa untuk mengontrol area kehidupan mereka. Selain itu mereka juga memiliki *self-efficacy*. *Self-efficacy* berbicara mengenai kepercayaan bahwa seseorang dapat menentukan hasil akhir dalam kehidupan pribadi mereka (Bandura, 1995,1997, dalam What we have learned, 2004)

Aspek terakhir adalah *sense of purpose and bright future and bright future* dimana orang yang memiliki resiliensi tinggi memiliki tujuan yang ingin mereka capai dan memiliki motivasi untuk meraih sesuatu. Tujuan dan motivasi ini dapat menentukan bentuk tingkah laku seseorang ketika mereka berada dalam situasi yang penuh tekanan, orang yang memiliki tujuan yang jelas dan motivasi yang tinggi walaupun situasi menekan mereka tetap akan berusaha mengatasinya. Selain memiliki tujuan dan motivasi, pengharapan dan optimisme juga diperlukan ketika seseorang mencapai tujuan mereka. Pengharapan dan optimisme memberikan motivasi positif dan pengharapan yang baik akan masa depan mereka. Optimisme seringkali dikaitkan dengan pemikiran dan kepercayaan yang positif, sedangkan pengharapan dikaitkan dengan perasaan dan emosi yang positif. Iman dan keagamaan atau kepercayaan seseorang dapat memberikan mereka kekuatan tambahan dalam menghadapi tekanan karena dengan iman dan kepercayaan tersebut mereka merasa memiliki tujuan hidup dan perasaan berharga

yang membuat mereka tidak mudah menyerah. Terakhir minat atau hobi tertentu juga penting bagi seseorang karena ketika mereka sedang tertekan dengan melakukan hobi mereka perasaan tertekan tersebut dapat teralihkan.

Selain mengemukakan empat aspek dari orang yang memiliki resiliensi tinggi, Bonnie Benard, (2004) juga mengemukakan mengenai faktor-faktor pendukung (*Protective Factor*) yang berpengaruh terhadap resiliensi seseorang, termasuk ibu yang memiliki anak autistik. Menurut Bonnie Benard, *protective factor* adalah faktor lingkungan yang mampu memenuhi kebutuhan sejak lahir, kebutuhan psikologi seperti saling memiliki, afiliasi, *sense of competence*, *autonomy*, dan rasa aman yang semuanya dapat memberikan seseorang pengharapan. Ketersediaan atau ketidaktersediaan faktor pendukung ini membuat derajat resiliensi setiap ibu berbeda-beda. Faktor pendukung tersebut berasal dari keluarga dan lingkungan dimana ibu yang memiliki anak autistik berada. Keluarga dan lingkungan dapat memberikan ibu yang memiliki anak autistik *caring relationship*, *high expectation messages*, dan *opportunities to participate or contribution*.

Menurut McFarlane, 1995, dalam *makalah Operation : Military Kids* pola asuh orang tua telah ditemukan menjadi faktor penentu utama terhadap fungsi keluarga yang efektif dan anak yang sejahtera. Sebaliknya, orang tua yang sering konflik berkepanjangan diidentifikasi sebagai faktor yang paling berisiko dan sumber stres bagi anak-anak mereka (Henricson & Roker, 2000, dalam *makalah Operation : Military Kids*). Tiga kunci hubungan orang tua anak yang berkualitas adalah hubungan yang hangat, bimbingan atau petunjuk dari

orang tua, dan pemenuhan kebutuhan *autonomy* (Steinberg, 2000) hal tersebut sama dengan *caring relationship*, *high expectations*, dan *opportunities to participate or contribution* (Benard ,2004). *Authoritative* adalah kata yang dipakai oleh Laurence Steinberg untuk menjelaskan orang tua yang hangat dan mau terlibat dengan anaknya, namun tegas dan konsisten dalam membuat dan menjalankan peraturan, batasan dan membangun harapan yang tepat, serta mendorong anaknya untuk memiliki opini dan keyakinannya sendiri.

Keluarga dapat memberikan *caring relationship* kepada ibu yang memiliki anak autistik melalui hubungan yang didasari oleh kasih sayang, menunjukkan dukungan, memberikan cinta tanpa syarat dan selalu ada ketika dibutuhkan. Suatu penelitian yang meneliti pola asuh orang tua menemukan anak yang memiliki ayah atau ibu yang hangat dan memberikan afeksi terbukti ketika dewasa mampu mencapai tugas-tugas sosial dan lebih puas atau bahagia (Franz, McClelland, and Weinberger, 1991, dalam *makalah Operation : Military Kids*). Menurut Steinberg dan temannya fasilitator umum dari mental yang sehat, kemampuan akademis yang baik, dan fungsi psikologis yang baik adalah kehangatan orang tua. Hubungan yang hangat dengan keluarga, perasaan diperhatikan dan dicintai membuat ibu yang memiliki anak autistik merasa didengarkan, diperhatikan dan spesial (Resnick et al, 1997, dalam *Resiliency : What we have learned*, 2004).

High expectation messages adalah pesan verbal dan nonverbal dari orang tua yang mengekspresikan kepada anaknya bahwa mereka memiliki segalanya untuk dapat menjadi sukses dan mereka dapat melakukan apa yang mereka cita-

citakan. Apabila orang tua memiliki keyakinan positif bahwa anaknya akan berhasil mengatasi kesulitan mereka serta mendorong memberikan semangat, anak akan cenderung termotivasi memenuhi harapan tersebut (Brooks & Goldstein, 2001, dalam Resiliency : What we have learned, 2004). Aspek lain yang berkaitan dengan *high expectations* adalah iman. Menurut Werner, beberapa penelitian dari berbagai latar belakang budaya dan sosial ekonomi yang berbeda terhadap anak yang memiliki resiliensi tinggi dimana keluarganya memegang keyakinan beragama, membuat mereka lebih memiliki stabilitas dan makna hidup, terutama di saat ada masalah dan keadaan sulit.

Opportunities for participation and contribution perlu diberikan juga kepada orang tua anak autistik dengan cara membiarkan mereka memecahkan masalahnya sendiri, membuat keputusan sendiri, dan ikut berpartisipasi atau berkontribusi dalam suatu kegiatan. Penelitian telah menemukan bahwa orang yang memiliki resiliensi tinggi berasal dari latar belakang keluarga yang memberikan kesempatan bagi anaknya untuk berpartisipasi dan berkontribusi dalam cara yang berarti. Partisipasi dalam suatu kegiatan, melakukan aktivitas yang diminati ataupun melakukan kegiatan yang menantang akan memfasilitasi terbentuknya resiliensi (Hattie et al, 1997; Larson, 2000; Werner & Smith, 1992, dalam Resiliency : What we have learned, 2004).

Dengan mendapatkan *caring relationship, high expectation, dan opportunities for participation and contribution* dari keluarga menimbulkan *belief* dalam diri ibu yang memiliki anak autistik bahwa mereka dicintai, dihargai, mereka tidak sendiri, merasa aman dalam lingkungannya, mampu melakukan

sesuatu hingga berhasil, memiliki kontrol terhadap lingkungan. Dengan memiliki *belief* tersebut ibu yang memiliki anak autistik mampu berespon positif terhadap lingkungan sekitarnya dengan bersikap terbuka, mampu menjalin hubungan yang positif, mampu bersikap empati dan berusaha menolong orang yang sedang mengalami masalah (*Social Competence*). Ibu juga memiliki kemampuan untuk berpikir fleksibel jika mengalami hambatan dengan memikirkan jalan lain, mampu memecahkan masalahnya dan mengambil keputusan sendiri (*problem solving*). Mereka juga memiliki kepercayaan diri bahwa mereka mampu beradaptasi dengan keadaan anaknya dan mampu membesarkan anaknya dengan tetap produktif dalam melakukan pekerjaannya (*autonomy*) dan memiliki sikap positif dan membuat perencanaan untuk masa depannya (*sense of purpose and bright future*).

Selain keluarga, komunitas di mana ibu yang memiliki anak autistik berada juga memiliki peranan penting dalam mendukung resiliensi mereka. Yang disebut dengan komunitas di sini dapat bermacam-macam, yaitu lingkungan di mana ibu bekerja, lingkungan di mana ibu sering berkumpul, ataupun perkumpulan orang tua di tempat terapi anak autistik. Sama seperti keluarga, *caring relationship, high expectation, dan opportunities to participate or contribution* yang diberikan komunitas kepada ibu yang memiliki anak autistik dapat mendukung resiliensi mereka.

Hubungan yang hangat, perasan dimengerti dan didengarkan tanpa dihakimi, bantuan dalam mengambil keputusan-keputusan penting yang diberikan oleh komunitas memberikan perasaan aman, didengarkan, dan dihargai (*caring*

relationship). Harapan yang tinggi dapat juga diberikan oleh komunitas dengan menaruh keyakinan bahwa ibu memiliki kemampuan untuk beradaptasi dan tetap produktif walaupun mereka sedang berada dalam keadaan yang penuh stresor. Harapan yang dimiliki oleh orang tua anak autistik lain mengenai kemajuan anak mereka juga dapat menguatkan ketika ibu yang memiliki anak autistik putus asa dengan keadaan anaknya yang tidak mengalami kemajuan (*high expectation*). Kesempatan beraktivitas bersama dalam suatu kelompok di lingkungan juga akan membantu ibu memenuhi kebutuhan akan kebersamaan mereka (*opportunities to participate or contribution*). Dalam hal ini kesempatan untuk beraktifitas bersama dalam komunitas orang tua anak autistik dapat membantu karena menurut Gambone & Arbreton, 1997, (Resiliency : What we have learned, 2004), komunitas yang dapat membangun resiliensi adalah komunitas yang dapat menanamkan perasaan saling memiliki di antara anggotanya, juga dapat membangun kepercayaan diri dengan cara melakukan *problem solving* atau *decision making*.

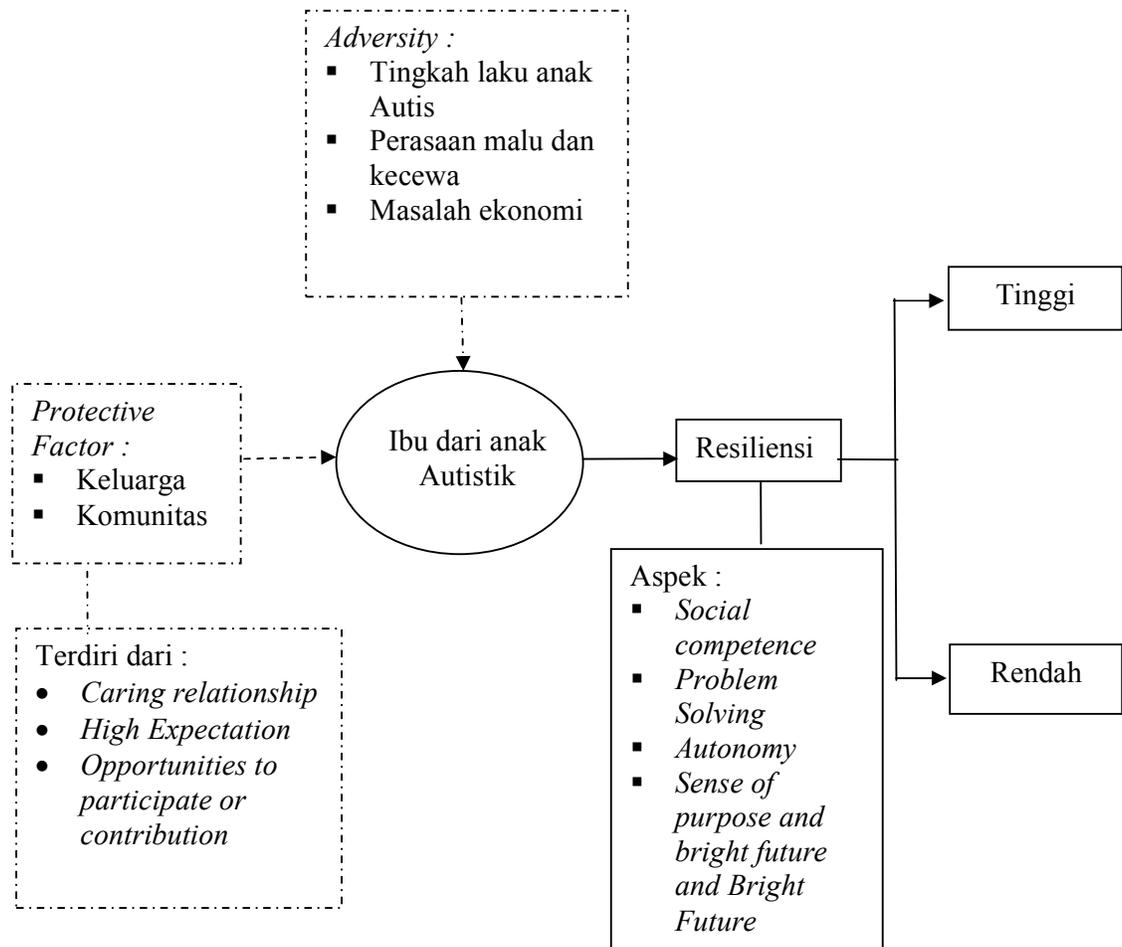
Caring relationship, high expectation, dan oppurtinities yang diberikan oleh komunitas bagi orang tua anak autistik menimbulkan *belief* dalam dirinya bahwa mereka tidak sendiri dalam menghadapi tekanan yang ditimbulkan oleh anaknya yang autistik. Dengan berkumpul dengan sesama orang tua anak autistik, ibu dapat *sharing* pengalaman mereka, bertukar pendapat, dan saling menguatkan khususnya ketika salah seorang dari orang tua sedang putus asa (*social competence*). Ketika bertukar pendapat dan *sharing* pengalaman, ibu mendapat *insight* dan jalan lain untuk masalah dengan cara mencoba mengikuti pengalaman

orang tua lain yang sudah berhasil (*problem solving*). Hal ini dikarenakan mereka mendapatkan kekuatan baru sehingga kepercayaan diri mereka meningkat (*autonomy*), mereka juga memiliki pengharapan baru dan memiliki pandangan positif terhadap masa depan mereka (*sense of purpose and bright future and bright future*).

Dengan mendapatkan dukungan dari keluarga dan komunitas mereka, ibu yang memiliki anak autistik akan mampu beradaptasi menghadapi tekanan, yaitu kesulitan-kesulitan yang ada karena mempunyai anak autistik. Kemampuan beradaptasi tersebut ditunjukkan dengan kemampuan mereka dalam melakukan *social competence, problem solving, autonomy, dan sense of purpose and bright future* di tengah tekanan yang kuat. Dengan kata lain dukungan dari keluarga dan komunitas memungkinkan ibu yang memiliki anak autistik memiliki resiliensi yang tinggi.

Sebaliknya resiliensi ibu yang memiliki anak autistik akan cenderung rendah jika tidak memiliki *caring relationship* dari keluarga dan lingkungan, keluarga dan lingkungan mencintai ibu yang memiliki anak autistik dengan syarat, tidak ada jika dibutuhkan, hubungan yang terbentuk cenderung kaku dan formal. Keluarga dan lingkungan tidak memberikan *high expectation* dan *opportunities for participation and contribution*, bersikap merendahkan atau tidak memiliki harapan tinggi pada ibu yang memiliki anak autistik dan tidak memberikan kesempatan untuk ikut serta dalam suatu kegiatan, memegang tanggung jawab tertentu

Hal ini terjadi karena dengan tidak mendapatkan ketiga hal tersebut ibu cenderung memiliki *belief* bahwa mereka tidak dicintai, tidak dihargai, tidak ada orang yang mempedulikan mereka, mereka merasa tidak memiliki kontrol terhadap lingkungannya dan merasa dirinya tidak dihargai. *Belief* ibu tersebut membuat mereka bersikap negatif terhadap lingkungannya, tidak merasa aman dalam lingkungan, bersikap tertutup, tidak mampu mengutarakan perasaannya dengan baik, tidak peduli dan berempati terhadap masalah orang lain, merasa masalahnya sendirilah yang paling berat (*social competence* rendah). Kepercayaan diri mereka juga rendah karena mereka merasa dirinya tidak berharga, mereka merasa tidak memiliki kontrol dalam kehidupannya, seluruh kehidupannya ditentukan oleh hal-hal dari luar dirinya, dan mereka memiliki status identitas yang negatif (*autonomy* rendah). Ibu yang memiliki anak autistik yang memiliki resiliensi rendah tidak percaya diri dalam mengambil keputusan, mereka merasa tidak mampu dan selalu membutuhkan pertolongan orang lain dalam memecahkan masalah, kurang dapat fleksibel dalam mencari jalan keluar dalam masalahnya (*problem solving* rendah). Terakhir mereka juga menjadi orang yang pesimistis, merasa kehidupannya terutama anaknya sebagai suatu beban yang menjadikan masa depannya bertambah suram, akhirnya mereka hanya menjalani kehidupannya apa adanya, tidak mempersiapkan masa depan mereka dengan matang (*sense of purpose and bright future* rendah).



Gambar 1.1 Skema Kerangka Pemikiran

1.6 Asumsi

- 1) Ibu yang memiliki anak autistik mengalami tekanan yang berat.
- 2) Untuk beradaptasi terhadap tekanan yang dialami dan agar tetap produktif mereka perlu memiliki resiliensi yang ditunjukkan oleh *social competence*, *problem solving*, *autonomy*, dan *sense of purpose and bright future*.
- 3) *Caring relationship*, *high expectation*, dan *opportunities for participation and contribution* yang diberikan oleh keluarga dan komunitas mempengaruhi resiliensi ibu yang memiliki anak autistik.
- 4) Resiliensi ibu yang memiliki anak autistik bervariasi, dapat tinggi atau rendah.