

Gambaran Resiliensi pada Ibu yang Memiliki Anak dengan Gangguan Autisme

Description of Resilience in Mothers Who Have Children with Autism Disorders

¹Intan Ayu Lestari, ²Endang Supraptiningsih, ³Stephani Raihana Hamdan

^{1,2,3}Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung,

Jl. Tamansari No.1 Bandung 40116

email: ¹intanayulestari66@gmail.com, ²endang.doddy@gmail.com, ³stephanihamdan@unisba.ac.id

Abstract. One that is included in the group of children with special needs is children who experience autism spectrum disorder. This disorder results in children experiencing limitations in terms of communication, social interaction and behavior. It is known that there are 5 mothers who have children with autism disorders. Mothers also feel stressed out due to difficulties caused by anger, hyperactivity, difficulty speaking, unusual problems, inability to socialize and get along. Demands as mothers who have autism children certainly make mothers stressed, depressed and feel worse, but the phenomenon found in these 5 mothers, they show that mothers are able to rise from adversity. This study aims to obtain specific data on resilience in mothers who have children with autism disorder. This study used a measure of The Resilience Scale from Gail Wagnild (2014), the method used in this study was descriptive method with a quantitative approach, with the results of research, 3 mothers included in the category Moderately High, 1 mother included in the Moderate-Neither High category nor Low, and 1 mother in the Low category.

Keywords: Resilience, Mothers, Autism Disorders.

Abstrak. Salah satu yang termasuk dalam golongan anak berkebutuhan khusus adalah anak yang mengalami gangguan *autism spectrum disorder*. Gangguan ini mengakibatkan anak mengalami keterbatasan dari segi komunikasi, interaksi sosial dan perilaku. diketahui terdapat 5 orang ibu yang memiliki anak dengan gangguan autisme. Tuntutan sebagai ibu yang memiliki anak autisme tentunya membuat para ibu stress, depresi dan merasa terpuruk. Ibu juga merasa stress karena kesulitan yang disebabkan oleh kemarahan, hiperaktif, kesulitan bicara, masalah yang tidak lazim, ketidakmampuan bersosialisasi dan bergaul. Namun fenomena yang ditemukan pada 5 orang ibu ini, mereka menunjukkan bahwa para ibu mampu bangkit dari keterpurukannya. Penelitian ini bertujuan memperoleh data spesifik mengenai gambaran Resiliensi pada ibu yang memiliki anak dengan gangguan autisme. Penelitian ini menggunakan alat ukur The Resilience Scale dari Gail Wagnild (2014), metode yang digunakan dalam penelitian ini metode deskriptif dengan pendekatan kuantitatif, dengan hasil penelitian, 3 orang ibu masuk dalam kategori *Moderately High*, 1 orang ibu masuk dalam kategori *Moderate- Neither High nor Low*, dan 1 orang ibu dalam kategori *Low*.

Kata Kunci: Resiliensi, Ibu, Gangguan Autisme.

A. Pendahuluan

Kelahiran seorang anak merupakan saat-saat yang dinantikan oleh pasangan suami-istri. Setiap orang tua memiliki harapan bahwa kelak anak yang lahir adalah anak yang sempurna, baik secara fisik maupun mental. Kegembiraan dan harapan akan masa depan yang cerah juga menyertai kelahiran seorang bayi. Namun, ketika bayi yang lahir dan mereka rawat ternyata didiagnosa menderita gangguan perkembangan, orang tua harus mau menerima kenyataan bahwa anak mereka memiliki kekurangan.

Begitu pula yang dialami oleh ibu yang memiliki anak dengan gangguan autisme. Mereka harus menerima bahwa harapan akan kesempurnaan perkembangan anaknya tergantikan dengan realita bahwa anak mengalami gangguan perkembangan dan tidak normal seperti anak lainnya. Tanggung jawab dalam mengasuh anak autis dapat menimbulkan stres pada orangtua. Permasalahan yang dialami oleh orangtua yang memiliki anak autis seperti masalah perilaku anak, kemampuan anak, masalah biaya yang diperlukan, pendidikan dan terapi, serta

masalah hubungan dengan anggota keluarga yang lain atau kurang adanya dukungan sosial yang menyebabkan stress.

Penelitian telah menunjukkan bahwa orang tua yang memiliki anak autis dengan pengalaman stres yang signifikan adalah prediktor terbesar stres dibandingkan dengan penyebab stress yang lain (Lyons, Leon, Phelps, & Dunleavy, dalam Sa'adiyah 2016).

Saat ini para ibu yang terdiri dari 5 orang ini mengatakan bahwa, mereka menerima dan tidak menyangkal kondisi bahwa mereka memiliki anak yang berbeda dari anak normal yaitu anak autis. Mereka juga saat ini sering kali menjadi tempat share atau bertukar cerita pada orang lain baik dengan sesama ibu yang memiliki anak autis atau ibu dengan anak normal lainnya, dengan bertukar informasi dan dukungan. Para ibu merasa bahwa saat ini memiliki anak autis tidak membuat mereka merasa terbebani, Keadaan tersebut mengindikasikan mereka mampu bangkit dan mengatasi keadaan sulit tersebut.

Berdasarkan fenomena yang diuraikan diatas, maka peneliti tertarik untuk meneliti “ Gambaran Resiliensi pada Ibu yang Memiliki Anak dengan gangguan Autism “.

B. Landasan Teori

Resiliensi secara umum didefinisikan sebagai kemampuan untuk mengatasi atau beradaptasi terhadap stres yang ekstrim dan kesengsaraan. Dalam Jurnal *Discovering Your Resilience Core*, Wagnild (2014) menyatakan. Individu yang mempelajari bagaimana menanggapi tantangan dalam hidup dengan resiliensi, penurunan fungsi hidup, kekalahan, ataupun pengrusakan tidak akan terlalu dirasa begitu besar. Orang yang tangguh (individu yang resilien) menanggapi tantangan hidup

dengan keberanian dan stamina emotional, bahkan ketika mereka takut. Bahkan dalam fase penurunan fungsi hidup mereka akan menganggap hal tersebut sebagai tantangan lalu menghadapinya dan mengatasinya.

Untuk itu, Wagnild menegaskan bahwa semua individu membutuhkan kemampuan yang dapat dikembangkan melalui lima komponen resiliensi yaitu, *meaningfulness*, *perseverance*, *equanimity*, *self reliance*, dan *existential aloneness*.

Komponen-komponen resiliensi

Adapun komponen-komponen resiliensi menurut Wagnild (2014) yaitu :

1. Purpose

Memiliki makna sendiri ataupun tujuan hidup adalah karakteristik yang paling penting dalam resiliensi karena memberikan dasar untuk empat karakteristik lainnya. Hidup tanpa tujuan adalah sia-sia. Tujuan memberikan kekuatan pendorong dalam hidup, ketika individu mengalami kesulitan yang tidak terelakkan, tujuan dari individu tersebut menariknya ke maju.

2. Perseverance

Perseverance (ketekunan) adalah tekad untuk terus maju meskipun terdapat kekecewaan dan kesulitan dalam hidup. Resiliensi adalah kemampuan untuk bangkit kembali ketika individu itu terjatuh dan hal tersebut membutuhkan perseverance. Menetapkan dan mengikuti rutinitas adalah salah satu cara untuk memperkuat perseverance. Menetapkan tujuan yang realistis dan menyusun rencana untuk mencampaiakan akan memperkuat perseverance seseorang.

3. **Equinimity**
Beberapa orang selalu memikirkan kekecewaannya, terbebani dengan penyesalan, atau cenderung mengubah sesuatu yang buruk yang terjadi dalam hidup menjadi suatu bencana sehingga hidup mereka menjadi tidak seimbang. Equinimity artinya adalah keseimbangan dan harmoni dalam hidup. Individu yang resilien menyadari bahwa hidup tidak selamanya baik dan tidak selamanya buruk, mereka selalu terbuka pada setiap kemungkinan. Individu yang resilien juga belajar untuk menggambarkan dirinya dan belajar untuk menjadi bijaksana untuk membimbing diri sendiri dan orang lain. Equinimity juga adalah kemampuan untuk memanifestasikan hidup dalam humor, individu yang resilien dapat menertawakan diri mereka dalam keadaan apapun.
4. **Self Relience**
Self Relience (kemandirian) adalah keyakinan pada diri sendiri dengan pemahaman yang jelas terhadap kemampuan dan keterbatasan. Hal tersebut berasal dari pengalaman dan latihan yang dapat mengarah kepada keyakinan pada diri sendiri. Individu yang memiliki *Self Relience* yang baik akan belajar dari pengalaman dan mengembangkan banyak kemampuan untuk memecahkan masalah. Adaptasi, memperkuat, dan memperbaiki keterampilan sepanjang hidup akan meningkatkan *Self Relience*.
5. **Authenticity**
Manusia hidup di dunia bersama dengan orang lain namun, individu yang resilien belajar

untuk hidup dengan diri mereka sendiri, mereka menjadi teman terbaik untuk diri mereka sendiri. Menjadi eksistensial dengan diri sendiri bukan berarti menutup diri dari berbagi pengalaman dengan orang lain ataupun menutup diri dengan hubungan yang signifikan dengan orang lain. Maksud dari hal ini adalah bagaimana individu menerima dirinya sendiri sebagaimana adanya. Menyadari bahwa diri sendiri adalah unik dan memiliki kontribusi pada dunia sehingga orang yang resilien tidak akan merasa memiliki tekanan dalam menyesuaikan diri.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Tabel 1. Resilience Score

Score	Subjek	%
<i>Low</i> (116-130)	1	20%
<i>Moderate – neither high nor low</i> (131-145)	1	20%
<i>Moderately high</i> (146-160)	3	60%
Jumlah	5	100%

Tabel 1 diatas merupakan Gambaran Resiliensi 5 orang ibu yang memiliki anak dengan gangguan autism.

Berikut adalah penelitian mengenai gambaran mengenai resiliensi yang dilihat berdasarkan hasil kuisioner menggunakan The Resilience Scale (Gail Wagnild-2014).

Pada penelitian yang telah dilakukan terdapat 3 orang ibu yang masuk dalam kategori *Moderately high*, dengan masing-masing skor 146, 153 dan 155. Subjek yang masuk dalam kategori *Moderately high* adalah subjek yang memiliki skor 146 – 160. Menurut Gail Wagnild (2014), individu yang berada pada kategori ini memiliki tingkat ketahanan yang cukup tinggi, yang berarti individu melakukannya dengan baik tetapi sebenarnya individu mampu melakukannya dengan lebih baik lagi. Individu memiliki semua karakteristik kepribadian yang tangguh yang akan memperkuat *resilience*. Individu yang mendapat skor antara 146-160 secara umum menemukan kehidupan yang bermakna dan jarang mengalami depresi.

Pada penelitian yang dilakukan, didapatkan data bahwa terdapat 1 orang ibu yang masuk dalam kategori *Moderate – neither high nor low* ini, dengan *Resilience Score* 142. Tingkat *resilience* ibu berada pada kategori sedang-tidak tinggi atau rendah. Ibu pada kategori ini memiliki banyak karakteristik untuk dapat membangun dan memperkuat resiliensi. Individu yang masuk dalam kategori ini adalah yang mendapatkan skor antara 131 dan 144. Secara umum individu yang masuk dalam kategori ini merasa cukup puas. Individu mungkin dapat terus bergerak maju meskipun individu mungkin tidak melakukannya dengan antusias. Individu mungkin merasa lelah secara emosional. Secara keseluruhan, individu mungkin mengalami pasang surut. Individu dapat melihat hal-hal dalam hidup tetapi cenderung memikirkan hal-hal yang tidak berjalan baik. Selera humor individu mungkin

masih utuh tetapi individu ingin tertawa lebih sedikit dikarenakan kekhawatirannya.

Ditemukan 1 orang ibu yang termasuk dalam kategori *Low*, individu yang masuk dalam kategori ini adalah individu yang tingkat resiliencenya berada di ujung bawah tetapi ini tidak berarti Anda tidak memiliki ketahanan / *resilience*. Individu yang mencetak skor antara 116 dan 130 melaporkan beberapa depresi dan kecemasan dalam hidup mereka. Individu mengalami beberapa masalah dalam hidup dan mencoba untuk menyelesaikannya. Beberapa individu merasa kesulitan melepaskan hal-hal yang tidak dapat mereka kendalikan. Hidup terasa kurang memuaskan bagi ibu pada kategori ini.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui gambaran mengenai resiliensi pada ibu yang memiliki anak dengan gangguan autism di SD Sarijadi Bandung, dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Para ibu yang memiliki anak dengan gangguan autism ini, dapat dikatakan memiliki resiliensi *Moderately High* sebanyak 3 orang (60%). Ibu dengan kategori ini menunjukkan unggul dalam aspek *purpose* , *perseverance* dan *self-reliance* .
2. Para ibu yang memiliki anak dengan gangguan autism ini, yang dapat dikatakan memiliki resiliensi *Moderate- Neither High nor Low* sebanyak 1 orang (20%). Ibu dengan kategori ini hanya unggul dalam aspek *perseverance* dan *self reliance*
3. Para ibu yang memiliki anak dengan gangguan autism ini,yang dapat dikatakan

memiliki resiliensi Low sebanyak 1 orang (20%). Ibu dengan kategori ini hanya unggul pada aspek self reliance saja.

E. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka saran yang diajukan oleh peneliti adalah:

4. Bagi orang tua yang memiliki anak dengan gangguan autis, Penelitian Resiliensi ini dapat berfungsi sebagai rujukan untuk para ibu yang masih mengalami stress dalam mengasuh anak dengan gangguan autism. Dengan cara memaksimalkan setiap Aspek Resilience.
5. Bagi pihak sekolah dan terapis , Penelitian Resiliensi ini dapat berfungsi sebagai rujukan dari pihak sekolah untuk para ibu yang masih mengalami stress dalam mengasuh anak dengan gangguan autism
6. Untuk penelitian selanjutnya yang terkait, hasil penelitian ini dapat dijadikan tambahan informasi untuk peneliti lain dalam meneliti masalah psikologis mengenai resiliensi secara lebih mendalam dan lebih lanjut terutama faktor-faktor apa saja yang dapat membantu ibu/ mendukung ibu agar Resilience.

Daftar Pustaka

- Brower, Francine. (2007). *100 Ide Membimbing Anak autis*. Bandung : Erlangga
- Reivich, K. & Shatte, A. (2002). *The Resilience Factor*. New York: Broadway Books
- Sa'diyah, Sakhyyatus. (2016). *Gambaran Psychological Well-Being dan Stres Pengasuhan Ibu dengan*

Anak Autis

Tim penyusun. (2017). *Pedoman Penyelenggaraan Mata Kuliah Metodologi Penelitian III dan Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Islam Bandung

Wagnild, Gail. (2014). *True Resilience*. New Jersey : Cape House