

Studi Deskriptif Mengenai Proses *Self Acceptance* Ibu yang Memiliki Anak Terdiagnosa Autism di Yayasan Tarapatra Padalarang.

¹Kintan Maulidia W. Gustiana, ²Endang Pudjiastuti

^{1,2}Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung, Jl. Tamansari No.1 Bandung 40116

e-mail : ¹kintanmaulidiaa@gmail.com, ²anugrahaji77@yahoo.com

Abstrak. Autisme adalah ketidakmampuan perkembangan yang pada umumnya muncul pada 3 tahun pertama dalam kehidupan, dimana gangguan ini meliputi keterlambatan bidang komunikasi, interaksi sosial. Anak yang mengalami gangguan autisme ini menunjukkan kegagalan membina hubungan interpersonal yang ditandai dengan kurangnya respon terhadap orang-orang dan anak-anak di sekitarnya. *Self acceptance* merupakan sikap dimana seseorang menerima orang lain apa adanya secara keseluruhan, tanpa disertai penilaian atau pertimbangan lainnya. Apabila dalam keluarga terutama pada ibu ada penerimaan, maka dapat membantu dalam pengasuhan dan akan mendukung perkembangan anak. Namun tidak mudah bagi seorang ibu dapat menerima kondisi anaknya ketika terdiagnosa autism, ibu akan melalui beberapa proses yang akhirnya ibu dapat membuat ibu memiliki *self acceptance*. Proses-proses tersebut adalah *denial*, *anger*, *bargaining*, *depression* dan *acceptance*. Tujuan penelitian ini adalah untuk memperoleh gambaran mengenai *self acceptance* ibu yang memiliki anak terdiagnosa autism. Penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif deskriptif. Subjek penelitian ini sebanyak 20 orang. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner. *Acceptance* terjadi bila seseorang mampu menghadapi kenyataan daripada hanya menyerah dan tidak ada harapan. Sebelum mencapai pada tahap *acceptance* individu akan melalui beberapa tahapan, diantaranya adalah tahap *denial*, *anger*, *bargaining*, *depression*, dan *acceptance*. Adanya penerimaan diri dipengaruhi oleh faktor usia, pendidikan dan jumlah anak. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu yang memiliki *self acceptance* tinggi adalah 8 orang ibu yang memiliki 2 orang anak. 7 orang diantaranya menempuh pendidikan hingga S1 dan 1 orang ibu menempuh pendidikan hingga D3. 7 (58%) ibu yang memiliki *self acceptance* tinggi berada pada usia 30-40 tahun, dan 1 (12,5%) ibu yang berusia 20-30 tahun.

Kata Kunci : *Self Acceptance*, Autism, Faktor Penerimaan Ibu.

A. Pendahuluan

Autisme adalah gangguan perkembangan yang kompleks, mempengaruhi perilaku, dengan akibat kekurangan kemampuan komunikasi, hubungan sosial dan emosional dengan orang lain, sehingga sulit untuk mempunyai ketrampilan dan pengetahuan. Autisme kini sudah menjadi permasalahan gangguan perkembangan yang mendalam di seluruh dunia dikarenakan jumlah penderita autisme yang semakin banyak. Banyaknya pemberitaan tentang kelainan dan gangguan yang dialami anak pada masa pertumbuhan dan perkembangannya sangat menarik perhatian masyarakat khususnya orangtua. Bagi orangtua, anak adalah karunia. Kehadirannya disambut dengan sukacita dan penuh harapan. Ketika Allah menitipkan anak dengan kondisi autisme sebagai karunia-Nya, perasaan orangtua menjadi bimbang, antara penerimaan dan penolakan serta antara rasa syukur dan amarah. Harapan-harapan yang selama ini didambakan oleh orangtua tentu seketika berubah menjadi kekecewaan. Perasaan kecewa dalam diri inilah yang akan mempengaruhi bagaimana penerimaan terhadap seorang anak. Berbagai reaksi orangtua muncul ketika mengetahui bahwa anaknya mengalami gangguan autisme dan setiap orangtua pasti berbeda-beda reaksi emosinya. Beberapa reaksi emosi yang muncul ketika orangtua mengetahui bahwa anaknya mengalami autisme seperti, merasa terkejut, penyangkalan, merasa tidak percaya, sedih, perasaan terlalu melindungi, kecemasan, perasaan menolak keadaan, perasaan tidak mampu dan malu, perasaan marah, bahkan ada perasaan bersalah dan berdosa.

Sesuai dengan apa yang dikemukakan oleh Kubler-Ross (dalam Sarasvati, 2004) bahwa ada beberapa reaksi emosional individu ketika menghadapi cobaan dalam hidup yaitu menolak menerima kenyataan, marah, melakukan tawar-menawar, depresi, dan penerimaan.

Yayasan Tarapatra adalah suatu yayasan khusus autism yang didalamnya memiliki beberapa ahli yang dapat mendiagnosa langsung apakah anak mengidap autism atau tidak. Ketika anak terdiagnosa autism, Yayasan Tarapatra memberikan saran dan menyerahkan keputusan mengenai penanganan yang akan dilakukan pada anak. Ibu-ibu yang memiliki anak terdiagnosa autism di Yayasan Tarapatra mengatakan anaknya memiliki emosi yang tidak stabil misalnya saat menangis atau marah tanpa sebab dan apabila anak marah akan mengamuk dan dapat merusak barang-barang. Pola perilaku anak yang terdiagnosa autism di yayasan tarapatra umumnya memiliki gerakan tubuh yang berulang, sensitivitas terhadap cahaya, suara, rasa, dan sentuhan, anak selalu menghindari kontak mata oleh ibu maupun dengan orang lain yang mengajak berkomunikasi, menarik diri dari lingkungan sosial dan melakukan agresi pada diri sendiri maupun dengan orang lain.

Pengalaman kegagalan berkali-kali dan rasa jenuh dengan situasi monoton menghadapi anaknya setiap hari, mempengaruhi sikap mereka menjadi pasrah dan acuh tak acuh dengan kemajuan anaknya. Hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti terhadap beberapa orangtua yang memiliki anak autisme, menyebutkan bahwa memiliki perasaan yang tidak tenang ketika anaknya melakukan perilaku impulsif. Beberapa ibu juga rela meninggalkan sebagian waktu pekerjaannya untuk selalu memantau tingkah laku anak. Ibu mengatakan anaknya lebih asik bermain sendiri dan tidak suka bermain dengan anak lain, mereka lebih sering berbicara sendiri dengan verbal yang tidak jelas. Sebagian besar ibu mengungkapkan bahwa anaknya tidak suka akan sentuhan, terutama ketika ibu memeluk anak akan menolak. Permasalahan yang dihadapi ibu dalam memahami berbagai tingkah laku anaknya seperti anak tidak mampu memahami perintah yang ibu berikan, apabila ibu berbicara dengan anak tidak ada kontak mata yang terjaga, anak selalu melakukan perilaku agresi terhadap dirinya, berteriak ketika terdapat hal yang tidak anak sukai, anak membeo serta melakukan suatu hal yang ritual. Salah satu ibu bercerita, bahwa anaknya seringkali menggigit jari jempol kakinya, ketika ibu nya melarang anak akan tantrum. Ibu juga mengatakan anaknya sering memukul tembok hingga telapak tangannya merah, ibu sering mencegah perilaku anak tersebut tetapi perilaku itu diulang kembali oleh anaknya.

Penerimaan ibu sangat mempengaruhi perkembangan anak autisme dikemudian hari. Sikap ibu yang tidak dapat menerima kenyataan bahwa anaknya memiliki gangguan autisme akan sangat buruk dampaknya, karena hal tersebut hanya akan membuat anak autisme merasa tidak dimengerti dan tidak diterima apa adanya serta dapat menimbulkan penolakan dari anak dan lalu termanifestasi dalam bentuk perilaku yang tidak diinginkan.

B. Landasan Teori

Menurut Kubler Ross (dalam teori Kehilangan atau Berduka), sebelum mencapai pada proses acceptance (penerimaan) individu akan melalui beberapa proses, diantaranya adalah proses *denial*, *anger*, *bargaining*, *depression*, dan *acceptance*.

1. Proses *denial* (penolakan)

Dimulai dari rasa tidak percaya saat menerima diagnose dari seorang ahli, perasaan orangtua selanjutnya akan diliputi kebingungan. Bingung atas arti

diagnosa, bingung akan apa yang harus dilakukan, sekaligus bingung mengapa hal ini dapat terjadi pada anak mereka. Kebingungan ini sangat manusiawi, karena umumnya, orangtua mengharapkan yang terbaik untuk keturunan mereka. Kadang, orangtua memiliki perasaan yang kuat untuk menolak keadaan bahwa anaknya merupakan anak autisme.

2. Proses *anger* (marah)

Proses yang ditandai dengan adanya reaksi emosi atau marah pada ibu yang memiliki anak autisme dan ibu menjadi peka serta sensitive terhadap masalah-masalah kecil yang pada akhirnya menimbulkan kemarahan. Kemarahan tersebut biasanya ditujukan pada dokter, saudara, keluarga, atau teman-teman. Pernyataan yang sering muncul dalam hati (sebagai reaksi atas rasa marah) muncul dalam bentuk "Tidak adil rasanya...", "Mengapa kami yang mengalami ini?" atau "Apa salah kami?".

3. Proses *bargaining* (tawar – menawar)

Proses dimana orangtua mulai berusaha untuk menghibur diri dengan pernyataan seperti "Mungkin kalau kami menunggu lebih lama lagi, keadaan akan membaik dengan sendirinya" dan berpikir tentang upaya apa yang akan dilakukan untuk membantu proses penyembuhan anak.

4. Proses *Depression* (depresi)

Putus asa, sebagai bagian dari depresi, akan muncul saat orangtua mulai membayangkan masa depan yang akan dihadapi sang anak. Terutama jika mereka memikirkan siapa yang dapat mengasuh anak mereka, pada saya mereka meninggal. Harapan atas masa depan anak menjadi keruh, dan muncul dalam bentuk pertanyaan "Akankah anak kami mampu hidup mandiri dan berguna bagi orang lain?". Pada proses depresi, orangtua cenderung murung, menghindari dari lingkungan sosial terdekat, lelah sepanjang waktu dan kehilangan gairah hidup.

5. *Self Acceptance* (penerimaan)

Self acceptance dimana orangtua telah mencapai pada titik pasrah dan mencoba untuk menerima keadaan anaknya dengan tenang. Orangtua pada proses ini cenderung mengharapkan yang terbaik sesuai dengan kapasitas dan kemampuan anak mereka.

C. Hasil dan Pembahasan

Tabel 3.1 Frekuensi dan Persentase *Denial* (Penolakan)

<i>Denial</i> (penolakan)	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Tinggi	14	70,0
Rendah	6	30,0
Total	20	100

Tabel 3.2 Frekuensi dan Persentase *Anger* (marah)

<i>Anger</i> (marah)	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Tinggi	10	50,0
Rendah	10	50,0
Total	20	100

Tabel 3.3 Frekuensi dan Persentase *Bargaining* (tawar-menawar)

<i>Bargaining</i> (tawar-menawar)	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Tinggi	13	65,0
Rendah	7	35,0
Total	19	100

Tabel 3.4 Frekuensi dan Persentase *Depression* (depresi)

<i>Depression</i> (depresi)	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Tinggi	6	30,0
Rendah	14	70,0
Total	20	100

Tabel 3.5 Frekuensi dan Persentase *Self Acceptance*

<i>Self Acceptance</i>	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Tinggi	8	40,0
Rendah	12	60,0
Total	20	100

Berdasarkan perhitungan diketahui bahwa ibu yang memiliki *self acceptance* tinggi terhadap anaknya yang terdiagnosa autisme sebanyak 8 orang atau 40,0%, sedangkan *self acceptance* rendah sebanyak 12 orang atau 60,0%. Ibu yang memiliki *self acceptance* tinggi memiliki keyakinan akan kemampuan menghadapi masalah dan memiliki kepercayaan diri untuk memusatkan perhatiannya agar dapat mencapai keberhasilan dalam mengasuh atau mendidik anak. Dengan memiliki kepercayaan menjalani hidupnya, ibu memiliki keyakinan bahwa ibu dapat berarti dan berguna bagi orang lain serta tidak memiliki rasa rendah diri karena merasa setiap orang memiliki masalah hidupnya masing-masing.

Dari keseluruhan proses yang dilewati, ibu telah berhasil memiliki *self acceptance* sehingga ibu tidak malu dengan keadaan anaknya. Merawat dan membesarkan anak autisme membutuhkan tanggung jawab yang lebih besar dibandingkan dengan yang memiliki anak normal. Ibu berani memikul tanggung jawab

dalam merawat anak dan menjalani setiap aktivitasnya. Ibu juga dapat menerima pujian atau celaan secara objektif. Sifat ini tampak dari perilaku individu yang mau menerima pujian, saran dan kritikan dari orang lain untuk pengembangan kepribadiannya lebih lanjut. Pada ibu yang telah memiliki penerimaan diri terhadap anaknya ibu telah dapat memahami keadaan anaknya meski langkah ini merupakan langkah yang paling sulit dicapai oleh ibu karena pada umumnya ibu memiliki konsep anak idaman yang terbentuk sebelum kelahiran anak. Ibu juga dapat memahami kebiasaan-kebiasaan anak dan mengetahui apa yang sudah bisa dan belum bisa anak lakukan, serta memahami baik atau buruk perilaku anak. Sikap ibu saat bersama anak sangat menentukan perkembangan anak autis nya. Cara ibu mengasuh anak autis nya juga ditandai dengan sikap perhatian, cinta atau kasih sayang dan ketulusan hati sehingga akan membuat anak memiliki kenyamanan karena penerimaan seorang ibu memiliki peranan penting dalam kemajuan seorang anak di kemudian hari dan dapat membawa anak dalam menemukan potensi-potensi yang terpendam di balik kekurangannya.

Dari gambaran ibu yang memiliki *self acceptance* tinggi, sangat berbeda dengan ibu yang *self acceptancenya* rendah. Ibu yang memiliki *self acceptance* rendah belum mampu menerima kenyataan atas diagnosa yang menimpa anaknya sehingga banyak diantara ibu yang merasa rendah diri dan bersikap tertutup terhadap orang lain tentang kondisi anaknya. Ketika mengetahui anaknya terdiagnosa autisme, ibu merasa lebih baik bahwa anaknya disembunyikan agar jangan sampai diketahui tetangga. Kemudian muncul keputusan ibu dan kehilangan harapan. Dalam kondisi ibu yang depresi timbul rasa bersalah, kecewa, menunjukkan sikap menarik diri. Hal ini biasa dialami oleh ibu, dengan kekhawatiran yang muncul atas keadaan yang sedang dihadapi merupakan hal yang tidak adil bagi ibu. Ketika ibu belum menerima keadaan dan kenyataan tentang anaknya, berpengaruh terhadap cara pengasuhannya. Ibu tidak memperdulikan perkembangan anak dan ibu lebih sibuk untuk memikirkan kegiatannya sendiri. Ibu menunjukkan koordinasi yang buruk dengan anak autis nya. Ibu yang belum menerima anak seutuhnya membuat anak kurang mendapatkan perhatian dan kehangatan dari ibu. Pada teori yang tertulis, ibu adalah sosok yang paling penting dalam pertumbuhan anak.

D. Kesimpulan

Ibu yang telah mencapai *self acceptance* telah menerima kenyataan dengan ikhlas apa yang menimpa anaknya, sehingga membantu anak dalam proses pembelajaran dan pengoptimalan potensi anak. Ibu akan memiliki pemikiran dan sikap yang positif dalam merawat anak. Ibu juga mampu beradaptasi dengan baik dalam lingkungannya. Penerimaan ibu akan anaknya yang autisme akan menumbuhkan motivasi tersendiri ibu untuk menjalani kehidupannya. Keikhlasan ibu akan membantu dalam merawat dan membesarkan anak dengan keadaan anak apa adanya.

Daftar pustaka

- Kubler-Ross, E. (1998). *Kematian Sebagai Kehidupan: On Death and Dying*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Safaria, Triantoro. (2005). *Autisme: Pemahaman Baru Hidup Bermakna Bagi Orangtua*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Sarasvati (2004) *Meniti pelangi: Perjalanan seorang ibu yang tak kenal menyerah*

dalam membimbing putranya keluar dari belenggu ADHD dan autisme PT. Elex
Media Komputindo Jakarta

