

Studi Deskriptif Mengenai Resiliensi Ibu yang Memiliki Anak Autis di Rumah Autis Bandung.

Description Study of Resilience on Mother with Autistic Child at Rumah Autis Bandung.

¹Cynthia Paramitha Sampurno, ²Hedi Wahyudi

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

email: ¹paramithacyn@yahoo.com, ²hediway@yahoo.co.id

Abstract. Autism is a disorder that generally occurs in the first three years of life and includes deficiencies in social relationships, abnormalities in communication, as well as behavior with restricted, repetitive and stereotyped patterns. Basically Autistic sufferers experience a lot of incriminating circumstances be it economically, physically, psychologically, and socially. Handling children with autism is certainly not an easy thing for parents. Frequently parents feel sad and confused because they can not understand the needs of their children, that's why parents need to be resilience. Resilience is the ability to overcome and adapt to severe events or problems that occur in life. Resilience is needed for families with autistic children to rise from adversity, even survive, grow, and become stronger. The purpose of this study is to obtain data on resilience and see the dimensions of resilience in what has been and has not been met in mothers who have children with autism in Rumah Autis Bandung. This study is a population study of 16 mothers who have children with autism disorder. Measurements were made using Resilience Quotient measuring instruments that have been adapted by researchers with a total of 48 valid statements. From the research result, Emotion Regulation (68.8%), (87.5%), Impulse Cotrol (87,5%), Optimisme (68.8%), Causal Analysis (62.5%), Empathy (93.8%), Self Efficacy (75%), dan Reaching Out (75%).

Keywords: autism, resilience, mothers with autistic children.

Abstrak. Autis adalah gangguan yang umumnya terjadi pada tiga tahun pertama kehidupan dan mencakup defisiensi dalam relasi sosial, abnormalitas dalam komunikasi, serta perilaku dengan pola terbatas, berulang dan stereotip. Pada dasarnya penderita Autis mengalami banyak sekali keadaan yang memberatkan baik secara ekonomi, fisik, psikis, maupun sosial. Menangani anak autis tentu bukan merupakan hal yang mudah bagi orang tua. Tak jarang orang tua merasa sedih dan bingung karena tidak bisa memahami kebutuhan anaknya, sehingga dibutuhkan resiliensi. Resiliensi adalah kemampuan untuk mengatasi dan beradaptasi terhadap kejadian yang berat atau masalah yang terjadi dalam kehidupan. Resiliensi dibutuhkan agar keluarga yang memiliki anak autis mampu bangkit dari keterpurukan, bahkan bertahan, berkembang, dan menjadi lebih kuat. Tujuan penelitian ini adalah untuk memperoleh data tentang resiliensi dan melihat dimensi-dimensi resiliensi apa saja yang sudah dipenuhi dan belum dipenuhi pada ibu yang memiliki anak autis di Rumah Autis Bandung. Penelitian ini merupakan penelitian populasi terhadap 16 ibu yang memiliki anak dengan gangguan autis. Pengukuran dilakukan menggunakan alat ukur *Resilience Quotient* yang telah diadaptasi oleh peneliti dengan jumlah 48 pernyataan valid. Dari hasil penelitian didapatkan hasil dimensi Regulasi Emosi (68.8%), Pengendalian Impuls (87.5%), Optimisme (68.8%), Analisis Penyebab Masalah (62.5%), Empati (93.8%), *Self Efficacy* (75%), dan *Reaching Out* (75%).

Kata kunci: autism, resiliensi, ibu dengan anak autis

A. Pendahuluan

Autis adalah gangguan yang umumnya terjadi pada tiga tahun pertama kehidupan dan mencakup defisiensi dalam relasi sosial, abnormalitas dalam komunikasi, serta perilaku dengan pola terbatas, berulang dan stereotip (Santrock, 2011:326). Meski belum ada survei resmi tentang jumlah anak dengan autis di Indonesia, pada 2013 lalu Direktur Bina Kesehatan Jiwa Kementerian Kesehatan pernah menduga jumlah anak autis di Indonesia sekitar 112 ribu dengan rentang 5-19 tahun. Angka ini keluar berdasarkan hitungan prevalensi autis sebesar 1,68 per 1000

anak di bawah 15 tahun. Dengan jumlah anak usia 5-19 tahun di Indonesia sejumlah sekitar 66 juta menurut Badan Pusat Statistik pada 2010, didapatlah angka 112 ribu tersebut (CNNIndonesia). Pada dasarnya penderita Autis mengalami banyak sekali keadaan yang memberatkan baik secara ekonomi, fisik, psikis, maupun sosial. Menangani anak autis tentu bukan merupakan hal yang mudah bagi orang tua. Seringkali anak autis mengalami kesulitan komunikasi yang membuat anak kesulitan mengungkapkan dan mengekspresikan apa yang diinginkannya. Sehingga orang tua menjadi bingung apa yang sebenarnya anaknya inginkan. Begitu juga dengan jumlah biaya yang dikeluarkan lebih besar dari anak normal pada umumnya. Seperti biaya pengobatan dan terapi. hingga biaya khusus seperti pengeluaran untuk makanan karena ada beberapa anak autis yang alergi terhadap bahan-bahan makanan seperti tepung atau pengawet dengan bahan kimia. Belum lagi perhatian ekstra yang dibutuhkan oleh penderita autis sehingga seringkali membuat orang tua menjadi sulit untuk membagi perhatian dengan anak lainnya atau pun membagi waktu untuk mengurus kepentingan rumah tangga lainnya. Nurhayati menjelaskan bahwa permasalahan yang dihadapi oleh orang tua yang mempunyai anak autis antara lain pada saat anak didiagnosis autis orang tua kaget, panik, bingung dan merasa bersalah, perasaan malu dan bingung untuk menjelaskan pada orang lain tentang keadaan anak, masalah biaya untuk perawatan, mengontrol emosi pada anak dan cara mengatasi anak pada saat anak tantrum, bingung mencari sekolah yang cocok untuk anak, dan khawatir terhadap masa depan anak. Hal tersebut sesuai dengan hasil wawancara presurvey yang dilakukan oleh peneliti. Menurut hasil wawancara, ibu merasa sedih dan bingung saat harus mencari sekolah untuk anaknya, menghadapi anaknya yang tantrum, menghadapi respon lingkungan saat mengetahui anaknya autis, bahkan merasa takut untuk memiliki anak lagi. Di sisi lain terdapat juga respon yang berbeda seperti ibu yang menyadari kekurangan anaknya sehingga tidak akan berharap lebih pada anaknya.

Berdasarkan uraian diatas, maka perumusan masalah pada penelitian ini adalah “Bagaimana gambaran resiliensi pada ibu yang memiliki anak autis di Rumah Autis Bandung?”. Adapun maksud dan tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendapatkan gambaran dan data empiris mengenai dimensi resiliensi pada ibu yang memiliki anak autis di Rumah Autis Bandung.

B. Landasan Teori

Resiliensi

Menurut Reivich dan Shatte, resiliensi adalah kemampuan untuk mengatasi dan beradaptasi terhadap kejadian yang berat atau masalah yang terjadi dalam kehidupan. Bertahan dalam keadaan tertekan, dan bahkan berhadapan dengan kesengsaraan (*adversity*) atau trauma yang dialami dalam kehidupannya. Resiliensi bukanlah suatu *trait*, akan tetapi bersifat kontinum sehingga tiap individu dapat meningkatkan resiliensinya. Individu yang memiliki resiliensi mampu untuk secara tepat kembali pada kondisi sebelum trauma, terlihat kebal dari berbagai peristiwa-peristiwa kehidupan yang negatif, serta mampu beradaptasi terhadap stres yang ekstrim dan kesengsaraan (Holaday, 1997).

Reivich dan Shatte (2002), memaparkan tujuh kemampuan yang membentuk resiliensi, yaitu sebagai berikut: Pertama, *Emotion Regulation* atau Regulasi emosi merupakan kemampuan untuk tetap tenang saat berada di bawah tekanan. Individu yang resilien menggunakan sekumpulan keterampilan dengan baik yang dapat membantu mereka untuk mengontrol emosi, perhatian, dan perilaku mereka. Terdapat dua buah keterampilan yang dapat memudahkan individu dalam meningkatkan

regulasi emosi, yaitu *calming* (tenang) dan *focusing* (fokus). Dua buah keterampilan ini akan membantu individu untuk mengontrol emosi yang tidak terkendali, memfokuskan pikiran individu ketika muncul banyaknya hal yang mengganggu, serta mengurangi stres yang dialami oleh individu. Kedua, *Impulse Control* atau Pengendalian impuls adalah kemampuan individu untuk mengendalikan keinginan, dorongan, kesukaan, serta tekanan yang muncul dari dalam diri. Individu yang memiliki kemampuan pengendalian impuls yang rendah, cepat mengalami perubahan emosi yang pada akhirnya mengendalikan pikiran dan perilaku mereka. Mereka menampilkan perilaku mudah marah, kehilangan kesabaran, impulsif, dan berlaku agresif. Ketiga, Optimisme adalah ketika individu melihat bahwa memiliki masa depan yang cemerlang. Optimisme yang dimiliki oleh seorang individu menandakan bahwa individu tersebut percaya bahwa dirinya memiliki kemampuan untuk mengatasi kemalangan yang mungkin terjadi di masa depan. Optimisme yang dimaksud adalah optimisme yang realistis (*realistic optimism*), yaitu sebuah kepercayaan akan terwujudnya masa depan yang lebih baik dengan diiringi segala usaha untuk mewujudkan hal tersebut. Keempat, Analisis penyebab masalah atau *causal analysis* merujuk pada kemampuan individu untuk mengidentifikasi secara akurat penyebab dari permasalahan yang mereka hadapi. Individu yang tidak mampu mengidentifikasi penyebab dari permasalahan yang mereka hadapi secara tepat, akan terus menerus berbuat kesalahan yang sama. Kelima, Empati sangat erat kaitannya dengan kemampuan individu untuk membaca tanda-tanda kondisi emosional dan psikologis orang lain. Seseorang yang memiliki kemampuan berempati cenderung memiliki hubungan sosial yang positif. Ketidakmampuan berempati berpotensi menimbulkan kesulitan dalam hubungan sosial. Individu-individu yang tidak membangun kemampuan untuk peka terhadap tanda-tanda nonverbal tersebut tidak mampu untuk menempatkan dirinya pada posisi orang lain, merasakan apa yang dirasakan orang lain dan memperkirakan maksud dari orang lain. Keenam, *Self-efficacy* adalah keyakinan pada kemampuan diri sendiri untuk menghadapi dan memecahkan masalah dengan efektif. *Self-efficacy* merepresentasikan sebuah keyakinan bahwa kita mampu memecahkan masalah yang kita alami dan mencapai kesuksesan. *Self-efficacy* merupakan hal yang sangat penting untuk mencapai resiliensi. Individu dengan *self-efficacy* yang tinggi memiliki komitmen dalam menyelesaikan masalahnya dan tidak akan menyerah ketika menemukan bahwa strategi yang sedang digunakan itu tidak berhasil. Dan ketujuh, *Reaching Out* atau pencapaian adalah kemampuan individu untuk meningkatkan dimensi-dimensi yang positif dalam kehidupannya yang mencakup pula keberanian seseorang untuk mengatasi segala ketakutan-ketakutan yang mengancam dalam kehidupannya. Inti dari *reaching out* sendiri adalah, individu memiliki kemampuan untuk mencoba hal-hal baru di dalam hidupnya.

Autis

Autisme berasal dari kata *auto* yang berarti sendiri. Penyandang autisme seakan-akan hidup dalam dunianya sendiri. Istilah autisme baru diperkenalkan oleh Leo Kanner sejak tahun 1943 (Handoyo, 2008). Autisme bukan suatu gejala penyakit, tetapi berupa sindroma (kumpulan gejala) yang terjadi penyimpangan perkembangan sosial, kemampuan berbahasa, dan kepedulian terhadap sekitar (Yatim, 2003). Menurut kamus psikologi, penertian dari autisme adalah anak dengan kecenderungan diam dan suka menyendiri yang *ekstrem*. Anak autisme bisa duduk dan bermain berjam-jam lamanya dengan jemarinya sendiri atau dengan serpihan kertas, serta tampaknya mereka itu tenggelam dalam satu dunia sendiri (Ah. Yusuf, Rizky

Fitryasari PK, Hanik Endang Nihayati dalam buku ajar keperawatan Kesehatan Jiwa,2015:188).

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Tabel 1. Hasil Dimensi Resiliensi

Dimensi	Tinggi		Rendah	
	Jumlah	Persentase	Jumlah	Persentase
Regulasi Emosi	11	68.8%	5	31.3%
Pengendalian Impuls	14	87.5%	2	12.5%
Optimisme	11	68.8%	5	31.3%
Analisis Penyebab Masalah	10	62.5%	6	37.5%
Empati	15	93.8%	1	6.3%
<i>Self-Efficacy</i>	12	75.0%	4	25.0%
<i>Reaching Out</i>	12	75.0%	4	25.0%

Berdasarkan tabel di atas, diperoleh hasil bahwa dimensi Resiliensi yang tertinggi yang dialami oleh responden adalah dimensi Empati sebesar 93.8% atau 15 orang responden, sedangkan dimensi Resiliensi yang terendah yang dialami oleh responden adalah dimensi Analisis Penyebab Masalah sebesar 62.5% atau 10 orang responden.

Dimensi tertinggi yang diperoleh dari data yang diperoleh adalah Empati (93.8%) yaitu sebesar 15 orang. Tingginya dimensi Empati dikarenakan responden berada di lingkungan atau komunitas yang berisikan orang-orang yang mengalami hal yang serupa yaitu responden berada dalam lingkungan sekolah berkebutuhan khusus yang berisikan dengan orang tua yang memiliki anak dengan gangguan autis. Dari hasil wawancara sebelumnya pun beberapa responden mengutarakan bahwa mereka saling menceritakan dan membantu memberi saran saat mengalami masalah atau kendala saat mengurus anaknya yang autis. Sehingga, meningkatnya kemampuan empati karena sama-sama membutuhkan dukungan moral.

Dimensi Pengendalian Impuls sebesar 87.5% responden termasuk dalam kategori tinggi. Dari data yang diperoleh dan hasil wawancara sebelumnya didapatkan bahwa responden sudah mampu untuk mengendalikan keinginan dan menyadari kekurangan yang dimiliki oleh anaknya yang memiliki anak dengan gangguan autis. Dari hasil wawancara sebelumnya juga dibuktikan bahwa responden sudah tidak berharap lebih terhadap anaknya yang memiliki gangguan autis, selama anaknya tetap berada dalam kondisi sehat dan berkembang dengan baik. Terdapat 14 orang yang termasuk ke dalam kategori tinggi. Sedangkan 2 sisanya termasuk ke dalam kategori rendah. Menurut Reivich dan Shatte, individu yang memiliki kemampuan pengendalian impuls yang rendah, cepat mengalami perubahan emosi yang pada akhirnya mengendalikan pikiran dan perilaku mereka.

Dimensi *Self Efficacy* dari data statistik didapatkan sebesar 75%, yaitu sebanyak 12 responden termasuk dalam kategori tinggi dan 4 orang termasuk dalam kategori rendah. Artinya, sebagian besar responden sudah memiliki keyakinan untuk menyelesaikan masalah yang dialami saat mengamati kesulitan dalam mengurus anaknya yang autis. Seperti waktu ditolak berkali-kali saat mencarikan sekolah untuk anaknya, ibu tidak menyerah dan yakin bahwa anak menemukan sekolah untuk anaknya.

Dimensi *Reaching Out* dari data statistik didapatkan hasil sebesar 75%, yaitu

sebanyak 12 responden termasuk dalam kategori tinggi. Artinya, responden sudah mampu untuk melihat sisi positif dari cobaan yang didapatkan yaitu memiliki anak dengan gangguan autis. Responden juga mampu untuk mencoba hal-hal baru dan mengembangkan sisi positif dari gangguan yang dialami oleh anaknya. Sedangkan 4 orang responden lainnya termasuk dalam kategori rendah. Menurut Reivich dan Shatte tidak semua orang mampu untuk mencapai dimensi *Reaching Out* dikarenakan individu cenderung takut untuk mencoba hal baru karena takut kembali mengalami kegagalan. Terkait fenomena dari penelitian yang dilakukan, responden sudah cukup mengalami kegagalan karena memiliki anak dengan gangguan autis. Sehingga responden cenderung untuk berada dalam zona nyaman karena apabila mencoba melakukan hal baru, responden merasa takut dan khawatir akan mengalami kegagalan kembali. Seperti hasil wawancara dari salah satu responden yang merasa takut untuk memiliki anak kembali karena khawatir anaknya akan terlahir autis juga.

Tingginya dimensi Regulasi Emosi dari data yang diperoleh dan hasil wawancara sebelumnya menunjukkan bahwa responden sudah mampu untuk tetap tenang di bawah emosi yang menekan. Seperti saat anaknya mengalami tantrum atau sedang membicarakan terkait gangguan autis bersama keluarga atau orang di sekitarnya. Hal ini didukung oleh kemampuan individu untuk tetap tenang dan fokus terhadap hal-hal yang harus dilakukan. Terdapat 11 orang yang termasuk kategori tinggi pada dimensi ini. Sedangkan 5 responden lagi termasuk dalam kategori rendah. Menurut Reivich dan Shatte, seseorang yang memiliki Regulasi Emosi yang tinggi memiliki keterampilan untuk fokus dan tenang. Keterampilan tersebut mampu mengontrol emosi yang tidak terkendali.

Dari hasil statistik terdapat 68.8% responden atau 11 orang responden yang termasuk dalam kategori tinggi pada dimensi Optimisme. Responden percaya bahwa anaknya yang memiliki gangguan autis akan berkembang menjadi lebih baik. Responden juga percaya bahwa semuanya sudah digariskan oleh Allah SWT dan akan selalu ada jalan keluar agar anaknya yang autis dapat berkembang menjadi lebih baik. Sedangkan 5 orang lainnya termasuk pada kategori rendah. Menurut Reivich dan Shatte, orang yang memiliki skor rendah pada dimensi Optimis cenderung merupakan orang yang pesimis. Pada fenomena yang diteliti, responden yang pesimis cenderung menyalahkan diri sendiri atas apa yang terjadi pada anaknya dan tidak mampu untuk memikirkan masa depan dari anaknya yang memiliki gangguan autis.

Dimensi terendah dalam tujuh dimensi resiliensi adalah dimensi Analisis Penyebab Masalah yaitu sebesar 62.5% dengan total 10 orang responden yang termasuk dalam kategori tinggi dan 6 orang responden lainnya termasuk dalam kategori rendah. Rendahnya dimensi ini disebabkan responden cenderung fokus pada hal-hal yang berada di luar kendali, cenderung menggantungkan tanggung jawab pada orang lain dan tidak melihat permasalahan yang dialami secara keseluruhan. Seperti yang tertera pada hasil wawancara sebelumnya, beberapa responden menceritakan bahwa seringkali mempertanyakan pada Tuhan dan menyalahkan diri sendiri kesalahan apa yang dilakukannya sehingga anaknya mengalami gangguan autis. Responden juga menceritakan seringkali menyalahkan hal-hal lain dalam hidupnya tanpa memperdulikan hal-hal lain yang telah mendukung dirinya, karena yang beliau inginkan hanyalah anaknya dapat berkembang dengan normal.

D. Simpulan

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut: Dimensi Resiliensi tertinggi pada ibu yang memiliki anak dengan gangguan autis di Rumah Autis Bandung ini adalah dimensi Empati yaitu sebesar 93.8%, dengan

15 orang termasuk dalam kategori tinggi dan 1 orang termasuk dalam kategori rendah. Sedangkan dimensi Resiliensi terendah pada ibu yang memiliki anak dengan gangguan autis di Rumah Autis Bandung ini adalah dimensi Analisis Penyebab Masalah yaitu sebesar 62.5%, dengan 10 orang termasuk dalam kategori tinggi dan 6 orang termasuk dalam kategori rendah. Dikarenakan dimensi yang paling rendah adalah dimensi Analisis Penyebab Masalah, disarankan agar pihak Rumah Autis Bandung dapat memberikan sosialisasi dan pengarahan lebih kepada orang tua terutama kepada ibu tentang gangguan Autis. Sehingga para orang tua terutama ibu, dapat lebih mengerti apa itu gangguan autis, bagaimana cara-cara merawat dan menangani anaknya yang memiliki gangguan Autis secara tepat.

Daftar Pustaka

- Ah. Yusuf, Rizky Fitriyasaki PK, Hanik Endang Nihayati (2015) Buku Ajar Keperawatan Kesehatan Jiwa (jilid satu) Jakarta: Salemba Medika.
- American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder Fifth Edition. United State of America* : America Psychiatric Publishing.
- Arikunto, S., 2009. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Edisi Revisi 6. Jakarta : Rineka Cipta.
- Edyta, Beatrix & Damayanti, Eka. (2016). Gambaran Resiliensi Ibu yang Memiliki Anak Autis di Taman Pelatihan Harapan Makassar. *Jurnal Biotek Volume 4 Nomor 2*.
- Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia. (2014). *Buku Ajar Psikiatri (edisi kedua, cetakan kedua)* Jakarta:Badan Penerbit FK UI
- Fara Elsha. (2012). *Resiliensi Pada Dewasa Awal Berlatar Belakang Budaya Aceh Yang Mengalami Tsunami Aceh 2004*.
- Jackson, Rachel & Watkin, Chris. (2014). *Selection & Development Review*, Vol. 20, No. 6
- Mangunsong, Dr. Frieda. (2009). *Psikologi dan Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus Jilid I (cetakan pertama)*. Depok: Penerbit FK UI
- Mardiani. Fitri Awaliyah. (2012). *Hubungan Antara Keberfungsian Keluarga Dengan Resiliensi Pada Ibu Yang Memiliki Anak Autism Spectrum Disorder*.
- Noor, Hasanuddin, 2009. *Psikometri Aplikasi Penyusunan Instrumen Pengukuran Perilaku*. Bandung: Fakultas Psikologi UNISBA.
- Nurhayati. (2003). *Dinamika Psikologis Orang Tua Penderita Autisme*. www.digilib.itb.ac.id. Diakses pada tanggal 6 Maret 2017;23:08.
- Prihorditya. Endro (2016). *Indonesia Masih Gelap Tentang Autisme*. <http://www.cnnindonesia.com/gaya-hidup/20160407160237-255-122409/indonesia-masih-gelap-tentang-autisme>. Diakses pada tanggal 6 Maret 2017:20:55.
- Reivich, K. & Shatte, A. (2002). *The Resilience Factor: Seven keys to finding your inner strength and overcoming life's hurdles*. New York: Broadway Books.
- Santrock. J. W. (2011). *Life-Span Development: Perkembangan Masa Hidup*. (edisi ketigabelas, jilid satu) Jakarta: Erlangga
- Sugiyono. (2009). *Statistika Untuk Penelitian*:CV ALFABETA:Bandung
- Wenar, Ludlow, Patricia K. Kerig. (1994) *DEVELOPMENTAL PSYCHOLOGY : From Infancy Though Adolescence* (edisi keenam, jilid satu) :Wiley.