

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Setiap individu pasti memiliki tantangan dan kesulitan dalam menjalani hidupnya. Tantangan yang dialami individu dapat berasal dari berbagai latar belakang, seperti pekerjaan, lingkungan sosial, maupun keluarga. Tantangan dalam keluarga dihadapi oleh orang tua ketika merawat anaknya. Jika tantangan tersebut berlangsung terus-menerus dan menumpuk dapat memicu timbulnya stres. Stres merupakan suatu keadaan yang membuat individu merasakan tekanan sehingga menyebabkan ketidakseimbangan dalam pola pikirnya (Kondalkar, dalam Bukhari & Afzal, 2017).

Stres juga dapat dirasakan oleh orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Berdasarkan hasil wawancara, ditemukan bahwa responden mengalami stres yang tinggi, rasa sedih, dan perasaan marah setelah mengetahui anaknya mengalami *down syndrome* (Azmi, 2017). Responden mengemukakan bahwa ia takut ketika harus membayangkan masa depan yang akan dihadapi anaknya (Azmi, 2017). Sejalan dengan hasil penelitian tersebut, penelitian yang dilakukan oleh Webster, Majnemer, Platt, & Shevell (2008) menunjukkan bahwa orang tua dengan anak berkebutuhan khusus memiliki tingkat stres yang signifikan setelah diukur menggunakan *parental stress index short form*.

Stres yang dirasakan oleh orang tua terjadi karena anak berkebutuhan khusus menunjukkan perilaku yang berbeda dari anak normal lainnya yang membuat orang tua harus bekerja lebih keras dalam mendidik mereka. Anak berkebutuhan khusus seringkali menunjukkan ekspresi yang tidak sesuai, seperti tersenyum saat tidak ada yang lucu, menghindari kontak mata, dan tidak bermain

seperti anak normal lainnya (Putri, Pramesti, & Hapsari, 2019). Orang tua dari anak berkebutuhan khusus seringkali mendapatkan stigma negatif dari masyarakat (Azni & Nugraha, 2019). Selain itu, mereka sering merasa kesulitan untuk mencari informasi mengenai kondisi anaknya, dan kesulitan untuk mencari tempat terapi (Astuktik, dalam Azni & Nugraha, 2019).

Berbagai kesulitan yang dihadapi oleh orang tua dapat berdampak pada kesehatan fisik dan mental. Hal tersebut membuat orang tua dengan anak berkebutuhan khusus membutuhkan kemampuan untuk bertahan pada situasi yang sulit. Kemampuan untuk bertahan pada situasi sulit biasa disebut dengan resiliensi. Connor & Davidson (2003) mendefinisikan resiliensi sebagai kualitas yang dimiliki individu untuk bertahan, beradaptasi, dan berkembang ketika menghadapi keadaan yang sulit. Sejalan dengan definisi yang dikemukakan Connor & Davidson, Grotberg (2003) mendefinisikan resiliensi sebagai kapasitas individu dalam menghadapi, mengatasi, mempelajari, dan berubah melalui kesulitan hidup yang tak terhindarkan.

Resiliensi dapat digunakan oleh orang tua sebagai sumber kekuatan dalam menghadapi kesulitan. Hal ini didukung dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Greeff & Nolting (2013) yaitu orang tua dengan anak berkebutuhan khusus yang memiliki resiliensi terlihat mampu menerima situasi yang dihadapi, dan orang tua tersebut juga memiliki hubungan yang baik antar anggota keluarga. Melalui resiliensi, orang tua dengan anak berkebutuhan khusus mampu melihat masalah yang dihadapi sebagai suatu hal yang positif (Muir & Strnadova, 2014) sehingga mereka mampu menerima kondisi anaknya yang berbeda dengan anak lain (Azmi, 2017).

Salah satu faktor yang dapat memengaruhi resiliensi menurut Ahern (dalam Rahmawati, Listiyandini, & Rahmatika, 2019), adalah *risk factor* (faktor risiko) dan *protective factor* (faktor pendukung). *Risk factor* dalam resiliensi adalah faktor yang dapat memperburuk masalah yang dirasakan individu sedangkan *protective factor* dalam resiliensi adalah faktor yang dapat membantu individu untuk bangkit dan bertahan pada masa sulit yang dirasakan seperti faktor individual, faktor

komunitas, faktor budaya dan faktor keluarga (Rahmawati, Listiyandini, & Rahmatika, 2019).

Dalam hal ini, komunitas dan keluarga adalah faktor-faktor yang berada di luar diri individu. Peran keluarga dan lingkungan ternyata memiliki dampak terhadap resiliensi individu. Ketika individu menghadapi kesulitan, lingkungan sekitarnya dapat membantu untuk menghadapi kesulitan tersebut. Dalam merawat anak berkebutuhan khusus, orang tua seringkali menghadapi kesulitan yang membuatnya membutuhkan bantuan dan dukungan dari orang lain. Dukungan tersebut disebut sebagai dukungan sosial.

Terdapat beberapa definisi dukungan sosial yang dikemukakan oleh para ahli. Sarafino (dalam Akbar & Tahoma, 2018) mendefinisikan dukungan sosial sebagai sebuah perawatan, bantuan, dan kenyamanan yang didapatkan dari orang lain atau kelompoknya. Sejalan dengan yang dikemukakan oleh Sarafino, King (dalam Marni & Yuniawati, 2015) mengemukakan bahwa dukungan sosial adalah sebuah umpan balik dari orang lain yang dapat menunjukkan bahwa seseorang merasa dicintai, dihargai, dan dihormati. Sementara itu, Taylor (dalam Raisa & Ediati, 2017) mengemukakan bahwa dukungan sosial yang diterima oleh individu dapat menurunkan tingkat stres dan membuat individu mampu menjalani kehidupannya dengan pikiran yang positif.

Dukungan sosial dan persepsi dukungan sosial merupakan dua hal yang berbeda. Zimet, Dahlem, Zimet, dan Farley (1988) mengemukakan bahwa persepsi dukungan sosial adalah penilaian subjektif yang dilakukan individu atas sebuah dukungan, yang berasal dari keluarga, teman, serta orang yang dianggap penting (*significant others*). Sejalan dengan definisi sebelumnya, Eagle, Hybels, & Proeschold-Bell (2019) mendefinisikan persepsi dukungan sosial sebagai dukungan yang dirasakan oleh individu dan individu percaya bahwa dukungan yang ia butuhkan akan tersedia.

Persepsi dukungan sosial dapat berdampak pada kebahagiaan dan kesejahteraan individu. Individu dengan tingkat persepsi dukungan sosial yang tinggi terlihat lebih bahagia dan tidak mudah mengalami kecemasan (Holahan, dalam Mahanta & Aggarwal, 2013). Individu dengan persepsi dukungan sosial yang tinggi akan jarang merasa kesepian (Kang, Park, & Wallace, 2016). Individu

yang memiliki tingkat persepsi dukungan sosial yang tinggi disebut sebagai *positive psychosocial profile*. Individu *positive psychosocial profile* mampu mengevaluasi dukungan yang ia terima dengan perilaku yang positif (Lakey & Cassady, dalam Eagle, Hybels, & Proeschold-Bell, 2019).

Sementara itu, jika persepsi individu terhadap dukungan sosial rendah dapat menimbulkan dampak yang tidak baik. Persepsi yang rendah pada dukungan sosial dapat membuat individu merasa kesepian, lalu persepsi yang rendah tersebut berdampak buruk pada kualitas hidup mereka (Kang, Park, & Wallace, 2016). Selain itu, gejala depresi dapat meningkat tanpa adanya persepsi individu atas sebuah dukungan sosial (Dag & Sen, 2018). Sementara itu, individu dengan persepsi dukungan sosial yang rendah akan memiliki kecenderungan untuk melakukan perilaku tidak sehat seperti penggunaan narkoba, dan tindak kejahatan (Mason, Holt, & Espelage, dalam Kalkan & Epli-Koc, 2011).

Penelitian terkait persepsi dukungan sosial dan resiliensi telah dilakukan oleh beberapa peneliti sebelumnya. Ong dkk. (2018) menyatakan bahwa persepsi dukungan sosial merupakan salah satu media yang tepat untuk meningkatkan resiliensi pada para perawat orang tua sehingga beban yang dirasakan oleh perawat menjadi berkurang. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Pejicic, Ristic, & Andelkovic (2017) menunjukkan hasil bahwa persepsi dukungan sosial memiliki pengaruh terhadap resiliensi sebesar 14%. Persepsi dukungan sosial tersebut merupakan persepsi dukungan sosial yang berasal dari teman sebaya.

Sejauh ini sudah ada penelitian yang membahas mengenai persepsi dukungan sosial dan resiliensi pada orang tua anak berkebutuhan khusus. Khan, Kamran, & Ashraf (2017) menyatakan bahwa ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus cenderung memiliki tingkat resiliensi yang tinggi, namun memiliki persepsi yang tidak terlalu tinggi terhadap dukungan sosial yang ia terima dari keluarganya. Akan tetapi, hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Karaman & Efiliti (2019) menunjukkan hasil bahwa total skor pada persepsi dukungan sosial memiliki hasil yang signifikan namun lemah terhadap resiliensi sehingga kurang dapat digunakan untuk memprediksi resiliensi orang tua dengan anak berkebutuhan khusus.

Perbedaan hasil penelitian tersebut diduga disebabkan karena adanya perbedaan negara sehingga terdapat perbedaan budaya dan lokasi dari populasi. Hal tersebut sejalan dengan yang dikemukakan oleh Carter, Park, & Cragg (2015) bahwa perbedaan budaya dapat memengaruhi individu dalam mempersepsikan dan menangani anak berkebutuhan khusus. Hal ini juga didukung oleh pendapat yang dikemukakan oleh Bekhet & Fribog (dalam Rahayu, 2019) bahwa lingkungan adalah salah satu faktor yang mampu meningkatkan resiliensi.

Sementara itu, belum ada penelitian mengenai hubungan antara persepsi dukungan sosial dan resiliensi pada orang tua anak berkebutuhan khusus yang dilakukan di Indonesia. Oleh sebab itu, peneliti tertarik untuk meneliti hubungan antara persepsi dukungan sosial dan resiliensi pada orang tua dengan anak berkebutuhan khusus.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka dapat diidentifikasi masalah pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1.2.1. Bagaimana gambaran resiliensi pada orang tua anak berkebutuhan khusus?
- 1.2.2. Bagaimana gambaran persepsi dukungan sosial pada orang tua anak berkebutuhan khusus?
- 1.2.3. Apakah terdapat hubungan antara persepsi dukungan sosial dan resiliensi pada orang tua anak berkebutuhan khusus?

1.3. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah, peneliti membatasi permasalahan pada “Hubungan antara persepsi dukungan sosial dan resiliensi pada orang tua anak berkebutuhan khusus”.

1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan pembatasan masalah, dapat dirumuskan masalah “Apakah terdapat hubungan antara persepsi dukungan sosial dan resiliensi pada orang tua anak berkebutuhan khusus?”

1.5. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara persepsi dukungan sosial dan resiliensi pada orang tua anak berkebutuhan khusus.

1.6. Manfaat Penelitian

1.6.1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu referensi tambahan dalam bidang psikologi anak berkebutuhan khusus, psikologi pendidikan, serta psikologi keluarga. Lalu, penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan bagi peneliti lain yang tertarik untuk meneliti hal serupa.

1.6.2. Manfaat Praktis

Dengan membaca penelitian ini, orang tua anak berkebutuhan khusus diharapkan dapat mengetahui bagaimana peran resiliensi dalam menghadapi stres saat merawat anak berkebutuhan khusus, orang tua diharapkan dapat mengatasi sumber stres nya serta dapat mengubah sumber stres menjadi pikiran yang positif.

