

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Anak merupakan anugerah terindah yang diberikan oleh Tuhan kepada setiap pasangan yang telah menikah. Kehadiran seorang anak akan menambah kebahagiaan di dalam sebuah keluarga. Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Herawati (2015) yang menunjukkan bahwa keluarga yang memiliki anak dari buah perkawinan akan lebih berbahagia daripada yang tidak memiliki anak. Setiap orang tua pasti menginginkan anak yang lahir secara sempurna yaitu sehat secara fisik, mental dan mengalami tumbuh kembang sesuai dengan tahapan usianya.

Memiliki anak yang mengalami proses pertumbuhan dan perkembangan secara sempurna merupakan suatu hal yang sangat diharapkan oleh orang tua. Seorang anak dikatakan mengalami pertumbuhan dapat dilihat dari bertambah besarnya ukuran badan dan fungsi fisik yang murni. Sedangkan seorang anak dikatakan mengalami perkembangan apabila tampak adanya sifat-sifat yang baru, yang berbeda dari sebelumnya. Secara sederhana, perkembangan dapat dikatakan sebagai proses pematangan fungsi-fungsi non fisik atau mencerminkan sifat yang khas mengenai gejala psikologis yang muncul (Mönks., Knoers., & Haditono, 2006).

Proses pertumbuhan dan perkembangan yang terjadi pada setiap anak tentunya tidak sama, ada yang tumbuh dan berkembang secara normal, tetapi ada juga yang mengalami hambatan dalam tumbuh kembangnya. Safaria (2005)

membagi hambatan menjadi dua golongan yaitu hambatan berupa gangguan perkembangan spesifik dan gangguan perkembangan pervasif. Gangguan perkembangan spesifik adalah gangguan yang terjadi hanya pada satu fungsi spesifik, misalnya hanya pada fungsi sensori saja. Sedangkan gangguan perkembangan pervasif adalah hambatan yang secara menyeluruh mengganggu fungsi emosi, sensori, motorik dan juga bahasa. Gangguan pervasif ini terjadi pada anak autis (Huzaemah, 2010).

Autisme merupakan gangguan dalam perkembangan yang menjadi ketakutan bagi orang tua saat ini. Autisme bukanlah suatu penyakit melainkan suatu gangguan perkembangan pada anak yang gejalanya tampak sebelum anak mencapai usia tiga tahun. Sebagian anak autis gejalanya sudah ada sejak lahir namun seringkali luput dari perhatian orang tua (Sutadi, 2003).

Huzaemah (2010) menyatakan bahwa di Indonesia yang berpenduduk 200 juta jiwa, hingga saat ini belum diketahui berapa persisnya jumlah anak autis. Diperkirakan jumlah anak autis dapat mencapai 150 – 200 ribu orang. Perbandingan antara laki-laki dan perempuan adalah 3-4 : 1, namun anak perempuan yang mengalami autisme akan menunjukkan gejala yang lebih berat. Judarwanto (2016) mengatakan bahwa di Indonesia belum ada data yang akurat tentang jumlah penderita autisme namun prediksi penderita autisme dari tahun ke tahun semakin meningkat. Dua puluh tahun yang lalu, jumlah penyandang autisme diperkirakan satu per 5000 anak. Tahun 2000 meningkat menjadi satu per 500 anak. Diperkirakan tahun 2010 menjadi satu per 300 anak. Sedangkan tahun 2015 diperkirakan terdapat sekitar satu per 250 anak dengan gangguan autisme.

Sehingga di tahun 2015 terdapat kurang lebih 12.800 anak penyandang autisme (<http://www.klinikautis.com> diakses tanggal 11 Maret 2016).

Autisme adalah perkembangan kekacauan otak dan gangguan pervasif yang ditandai dengan terganggunya interaksi sosial, keterlambatan dalam bidang komunikasi, gangguan dalam bermain, bahasa, perilaku, gangguan perasaan dan emosi, perasaan sosial, gangguan dalam perasaan sensoris, dan tingkah laku yang berulang-ulang. Gangguan yang membuat orang menarik diri dari dunia luar dan menciptakan dunia fantasinya sendiri. Autisme bisa terdeteksi pada anak berumur paling sedikit 1 tahun. Autisme lebih banyak menyerang anak laki-laki daripada anak perempuan (Huzaemah, 2010).

Safaria (2005) mengatakan bahwa *autism* adalah ketidakmampuan untuk berinteraksi dengan orang lain, gangguan berbahasa yang ditunjukkan dengan penguasaan bahasa yang tertunda, ekolalia, pembalikan kalimat, adanya aktivitas bermain yang repetitif dan stereotip, rute ingatan yang kuat, dan keinginan obsesif untuk mempertahankan keteraturan di dalam lingkungannya.

Rutter & Schopler (dalam Mönks., Knoers., & Haditono, 2006) menyebutkan sifat-sifat yang ada pada anak autis adalah : (1) perkembangan hubungan sosial yang terganggu, (2) gangguan perkembangan dalam komunikasi, (3) pola perilaku yang khas dan terbatas, (4) manifestasi gangguannya timbul pada tiga tahun pertama. Tanda-tanda ini merupakan kepastian diagnosis tentang adanya autisme. Sifat-sifat tersebut dapat menampakkan dirinya dalam pola tingkah laku yang berbeda-beda.

Menurut Safaria (2005) berbagai hambatan perkembangan dan sifat-sifat yang nampak pada anak autis membuat seorang ibu sering merasakan emosi negatif. Seorang ibu lebih merasakan emosi negatif karena ibu dianggap mempunyai peranan besar dalam pengasuhan anak autis. Hal tersebut ditegaskan oleh Yuwono (2012) bahwa jarang ditemukan figur seorang bapak berperan aktif dalam membantu anak autis, namun ada beberapa figure bapak yang memiliki waktu untuk berperan aktif membantu perkembangan anaknya.

Menurut Safaria (2005) kebanyakan ibu mengalami *shock*, perasaan sedih, khawatir, cemas, takut dan marah ketika pertama kali mendengar diagnosis bahwa anaknya mengalami gangguan autisme. Harapan seorang ibu bahwa anak yang dilahirkan sehat, cerdas, normal seperti anak lainnya harus bisa menerima kenyataan anaknya mengalami autisme. Kondisi tersebut akan memunculkan perasaan sedih yang mendalam pada seorang ibu yang memiliki anak autis.

Selain perasaan sedih, ibu juga merasakan kecemasan ketika memiliki anak autis. Berdasarkan wawancara awal yang dilakukan oleh peneliti dengan informan (6 Maret 2016) mengatakan bahwa :

“Saya kadang khawatir dengan keadaan anak saya, bagaimana masa depannya, sebagai orang tua kan pasti mikir gimana besok kalo si X sudah besar, takutnya saya sudah ndak bisa dampingi lagi, selain saya dan suami sapa yang bisa ngertiin kondisi dia.”

Dari pernyataan di atas, dapat dilihat bahwa ibu yang memiliki anak autis, dalam dirinya juga terdapat kecemasan akan masa depan anaknya. Pernyataan di atas diperkuat oleh Safaria (2005) yang mengatakan bahwa setelah menerima diagnosis anaknya yang mengalami gangguan autisme, orang tua terutama ibu akan mencemaskan anaknya secara berlebihan. Kecemasan tersebut akan

mendorong ibu untuk selalu khawatir akan keselamatan anaknya sehingga setiap waktu selalu ingin dilihat dan diawasi. Kecemasan yang dirasakan oleh ibu yang memiliki anak autisme bisa berbentuk kesedihan akan nasib anaknya di masa depan, apa yang akan terjadi, bagaimana anak harus hidup kelak, bagaimana jika salah satu orang tua wafat dan akan meninggalkan anaknya sendirian.

Freud (dalam Feist, 2010) mendefinisikan kecemasan merupakan situasi afektif yang dirasa tidak menyenangkan yang diikuti oleh sensasi fisik yang memperingatkan seseorang akan bahaya yang mengancam. Kecemasan merupakan kondisi *mood* yang negatif yang ditandai dengan simptom-simptom tubuh, ketegangan fisik dan ketakutan pada hal-hal yang akan terjadi. Safaria (2005) mengartikan kecemasan sebagai suatu pengalaman subjektif mengenai ketegangan-ketegangan mental yang menggelisahkan sebagai reaksi umum dari ketidakmampuan mengatasi suatu masalah atau muncul dari tidak adanya rasa aman. Kecemasan merupakan perasaan campuran berisikan ketakutan dan berisi keprihatinan mengenai masa-masa yang akan datang tanpa sebab khusus untuk ketakutan tersebut (Chaplin, 2006).

Secara psikologis perasaan cemas akan menimbulkan gejala panik, tegang, bingung, tidak bisa konsentrasi dan ketakutan tanpa sebab yang jelas. Namun pada taraf sedang, kecemasan akan meningkatkan kewaspadaan pada diri individu. Sedangkan kecemasan pada tingkat berlebihan akan menghilangkan konsentrasi dan menurunkan koordinasi antara otak dan gerak motorik (Chaplin, 2006).

Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Ningrum (2011) yang berjudul “*Kecemasan Ibu terhadap Perilaku Anak Penyandang Autisme*”, hasil

dari penelitian tersebut mengatakan bahwa kecemasan ibu terhadap perilaku anak autis akan menimbulkan reaksi psikologis dan fisiologis yang akan memiliki dampak positif dan dampak negatif. Reaksi psikologis yang terdapat pada ibu yang memiliki anak autis seperti perasaan takut, khawatir yang berlebihan, susah berkonsentrasi dan merasa kebingungan. Sedangkan reaksi fisiologis yang dirasakan seperti kepala pusing, mual-mual dan sakit perut. Dampak positif dari kecemasan yang dimiliki oleh ibu anak autis adalah terdapat keinginan besar seorang ibu akan kesembuhan anaknya, sedangkan dampak negatif dari kecemasan itu sendiri seperti ibu tidak memiliki waktu untuk berbagi perhatian pada anak dan keluarga yang lain.

Selain perasaan cemas, ibu yang memiliki anak autis juga akan merasakan emosi-emosi negatif lainnya. Menurut Huzaemah (2010) anak autis akan menarik diri dari dunia luar dan menciptakan dunia fantasinya sendiri seperti: berbicara, tertawa, menangis dan marah-marah sendiri. Anak autis juga menunjukkan perilaku agresif, merusak, dan menyakiti diri sendiri. Kondisi tersebut akan membuat ibu semakin tertekan, stres dan sedih. Pada situasi tersebut ibu akan berhadapan dengan berbagai masalah yang akan membebani pikiran dan perasaannya.

Hal yang paling sulit untuk dikendalikan dalam hidup adalah emosi-emosi negatif yang menyerang suasana hati dan pikiran. Menurut Safaria (2005) berbagai macam emosi yang negatif pasti menyelimuti perasaan ibu yang memiliki anak autis, dengan melihat kondisi anaknya yang mengalami gangguan tersebut akan menambah beban emosi yang berat dalam hidupnya. Dalam situasi

seperti ini, ibu dituntut untuk mengendalikan diri dan mengarahkan emosi-emosi yang dirasakan untuk memperbesar semangat juang dan ketabahan dalam merawat anak autis. Safaria (2005) mengatakan bahwa ibu yang memiliki anak autis harus cerdas secara emosional sehingga mampu mengelola emosi secara baik dan mampu memberikan kekuatan yang besar untuk kesuksesan yang diharapkan. Dengan kata lain ibu yang memiliki anak autis juga dituntut untuk mempunyai kecerdasan emosional.

Goleman (2009) mengatakan bahwa yang dimaksud dengan kecerdasan emosional di dalamnya termasuk kemampuan untuk mengendalikan diri, semangat dan ketekunan, serta kemampuan untuk memotivasi diri sendiri. Kecerdasan emosional bertumpu pada hubungan antara perasaan, watak dan naluri. Goleman (2009) lebih lanjut menjelaskan yang dimaksud dengan kecerdasan emosional adalah kecakapan emosional meliputi kemampuan untuk mengendalikan diri dan memiliki daya tahan ketika menghadapi rintangan, mampu mengendalikan impuls dan tidak cepat merasa puas, mampu mengatur suasana hati dan mampu membina hubungan yang baik dengan orang lain dan mudah mengenali emosi orang lain dan memanfaatkan emosi tersebut secara produktif sebagai penunjang kehidupan seseorang.

Mayer (dalam Eliyanto & Hendriani, 2013) menyatakan pendapatnya bahwa kecerdasan emosi berkembang sejalan dengan usia dan pengalaman, mulai dari kanak-kanak hingga dewasa. Eliyanto & Hendriani (2013) menambahkan bahwa karakteristik pada tahap dewasa yaitu individu mencapai kematangan dalam kepribadian dan aspek sosio-emosional, lebih bijaksana, dan lebih fokus

pengasuhan. Ibu dalam hal ini berada pada tahapan usia dewasa hingga dewasa madya tidak semua memiliki emosional yang matang dan kecerdasan emosi yang tinggi. Hal tersebut dibuktikan oleh penelitian yang dilakukan oleh Eliyanto & Hendriani dengan penelitian yang berjudul “*Hubungan Kecerdasan Emosi dengan Penerimaan Ibu terhadap Anak Kandung yang Mengalami Cerebral Palsy*” mengatakan bahwa dari 8 subjek (25,80%) memiliki level kecerdasan emosi pada kategori tinggi, 20 subjek (64,52%) memiliki kecerdasan emosi pada level sedang, sisanya yaitu 3 subjek (9,68%) memiliki kecerdasan emosi pada level rendah.

Kecerdasan emosional dibutuhkan oleh ibu yang memiliki anak gangguan autisme dalam kehidupan sehari-harinya. Kecerdasan emosional tersebut dibutuhkan untuk mengendalikan diri agar memiliki daya tahan ketika menghadapi perilaku anak yang tidak bisa dikontrol, serta mampu mengatur suasana hati ketika dirinya sudah merasa tertekan dan stres. Selain itu kecerdasan emosional ini juga dibutuhkan oleh seorang ibu untuk membina hubungan yang baik dengan anaknya yang mengalami gangguan autisme dan mudah mengenali emosi yang diekspresikan oleh anaknya.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Gottman (1997) yang menunjukkan bahwa dengan mengaplikasikan kecerdasan emosi dalam pengasuhan akan berdampak positif bagi anak baik dalam kesehatan fisik, keberhasilan akademis, kemudahan dalam membina hubungan dengan orang lain, dan meningkatkan resiliensi, sehingga anak lebih sehat secara emosional, atau dengan kata lain memiliki kecerdasan emosional yang lebih baik. Sementara itu,

untuk dapat melakukan hal tersebut, seorang ibu terlebih dahulu harus memiliki kecerdasan emosi yang baik karena tanpa memahami emosi pada diri sendiri, individu tidak akan mampu memahami emosi dan memberikan pengarahan pada orang lain.

Goleman (2009) mengatakan kecerdasan emosional seseorang dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Di dalam faktor internal terdiri dari faktor bawaan, kemarahan, kesedihan, kecemasan dan penerimaan diri. Sedangkan faktor eksternal yang mempengaruhi kecerdasan emosional yaitu pembelajaran emosi, pengasuhan orang tua, dan lingkungan tempat tinggal.

Kecemasan merupakan salah satu faktor internal yang dapat mempengaruhi kecerdasan emosional seseorang. Goleman (2009) menyatakan bahwa kecemasan berasal dari adanya harapan-harapan yang dimiliki. Bila harapan tidak kunjung terwujud maka akan memunculkan kecemasan. Kecemasan dirasakan karena adanya ketidakpastian dan memerlukan peran serta nalar, sebab itu adanya kecemasan bisa mempengaruhi proses kecerdasan emosional.

Namun teori lain mengatakan bahwa kecerdasan emosional akan membuat perbedaan dalam memberikan tanggapan terhadap konflik, ketidakpastian serta kecemasan (Patton, 2000). Selain itu, Goleman (2009) mengungkapkan dalam salah satu aspek kecerdasan emosional bahwa mengelola emosi meliputi kemampuan menghibur diri sendiri, melepaskan kemurungan dan melepaskan kecemasan. Hal tersebut menandakan bahwa kecerdasan emosional juga memiliki hubungan dengan kecemasan seorang individu.

Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan antara Kecemasan dengan Kecerdasan Emosional Ibu yang Memiliki Anak Autis”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu : apakah terdapat hubungan antara kecemasan dengan kecerdasan emosional ibu yang memiliki anak autis ?

1.3 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya hubungan antara kecemasan dan kecerdasan emosional ibu yang memiliki anak autis.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan terhadap perkembangan ilmu Psikologi khususnya Psikologi Perkembangan, Psikologi Klinis, Psikologi Kepribadian dan Psikologi Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) yaitu dapat memberikan gambaran tentang hubungan antara kecemasan dengan kecerdasan emosional ibu yang memiliki anak autis.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Subjek Penelitian

Dari penelitian ini diharapkan subjek lebih memahami kecemasan dan kecerdasan emosional yang dimiliki sehingga mampu meminimalisasi

kecemasan dan memaksimalkan kecerdasan emosional tersebut dalam mengasuh dan membina hubungan yang baik dengan anak autis.

b. Bagi Lembaga / Lokasi Penelitian

Dari penelitian ini diharapkan lembaga sebagai lokasi penelitian akan mengetahui gambaran kecemasan dan kecerdasan emosional yang dimiliki ibu yang memiliki anak autis yang melakukan terapi di lembaga tersebut.

c. Bagi Anak autis

Dari penelitian ini diharapkan anak autis akan memiliki kecerdasan emosional yang lebih baik atas kecerdasan emosional yang dimiliki ibunya.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai tambahan referensi dalam melakukan penelitian selanjutnya terkait variabel yang berhubungan yaitu mengenai variabel kecemasan dan variabel kecerdasan emosioanal ibu yang memiliki anak autis.