

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Sebagai anugerah tak ternilai bagi sebuah keluarga, setiap anak tanpa terkecuali memiliki hak yang sama untuk mendapatkan pengasuhan dan pendidikan yang selengkap-lengkapnya. Namun demikian, realitas menunjukkan bahwasanya lintasan tumbuh kembang seorang anak tidaklah selalu seragam. Terdapat variasi dalam perkembangan fisik, mental, dan emosional yang membentuk keunikan individu. Dalam spektrum keberagaman ini, kita menemukan pula anak-anak yang terlahir dengan kondisi spesifik, di antaranya adalah mereka yang mengalami retardasi mental. Merujuk pada definisi yang dikemukakan oleh Desiningrum (2016), tunagrahita, yang juga dikenal sebagai retardasi mental, merupakan suatu kondisi yang mengklasifikasikan seorang anak ke dalam kategori anak berkebutuhan khusus. Kondisi ini ditandai dengan adanya keterlambatan yang signifikan dalam berbagai aspek perkembangan, meliputi kemampuan intelektual, pertumbuhan fisik, kematangan emosional, serta interaksi sosial. Oleh karena karakteristiknya yang khas, anak-anak dengan retardasi mental memerlukan pendekatan dan perlakuan khusus yang dirancang untuk mengoptimalkan potensi yang mereka miliki.

Desiningrum (2016) lebih lanjut mengelompokkan retardasi mental ke dalam empat tingkatan yang berbeda, didasarkan pada pengukuran taraf kecerdasan atau Intelligence Quotient (IQ). Pertama, retardasi mental ringan (*Mild Mental Retardation*) mencakup individu dengan rentang IQ antara 55 hingga 70. Kedua, retardasi mental sedang (*Moderate Mental Retardation*) mengacu pada mereka yang memiliki IQ antara 40 hingga 55. Ketiga, retardasi mental berat (*Severe Mental Retardation*) meliputi individu dengan IQ antara 25 hingga 40. Terakhir, retardasi mental sangat berat (*Profound Mental Retardation*) mengidentifikasi mereka yang memiliki skor IQ di bawah 25.

Berdasar pada data yang didapat Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas) oleh Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2018, bahwasanya total populasi

Indonesia yang mencapai 14,2% atau sekitar 30,38 juta jiwa, terdapat sejumlah 10.785 individu adalah penyandang retardasi mental.

Anak dengan retardasi mental menghadapi tantangan yang lebih kompleks dalam perjalanan tumbuh kembangnya. Santrock (2003) mengemukakan bahwa tahap remaja merupakan fase transisi dari kanak-kanak ke arah kematangan dewasa. Pada rentang waktu tersebut, terjadi berbagai perubahan dalam hal fisik, cara berpikir, dan emosi sosial.

Ekayamti (2020) menyatakan bahwasanya remaja dengan retardasi mental sering kali memiliki konsep diri yang negatif. Di masyarakat, mereka sering dianggap keanak-kanakan, diejek, dijadikan bahan olok-an, bahkan di anggap sebagai ancaman. Hal tersebut sejalan dengan yang disampaikan oleh Goffman (dalam Nugroho et al., 2024) yang menjelaskan bahwasanya stigma sosial dan diskriminasi terhadap anak dengan kebutuhan khusus masih menjadi masalah yang serius. Stigma ini bisa muncul dari lingkungan sekitar, seperti teman sebaya, guru, atau bahkan anggota keluarga yang mungkin kurang memahami atau sulit menerima perbedaan tersebut. Tindakan diskriminatif berpotensi mendorong anak mengalami keterasingan sosial sekaligus menurunkan kondisi kesehatan mental maupun kesejahteraan mereka.

Remaja dengan retardasi mental menghadapi kelemahan psikologis, seperti rasa malu, rendah diri, serta hambatan dalam fungsi sosial, seperti kesulitan bergaul, berkomunikasi, dan berpartisipasi dengan orang lain, Safrudin (dalam Mulyana et al., (2022). Dibandingkan dengan remaja lainnya yang berkembang secara normal, remaja dengan retardasi mental cenderung mengalami keterlambatan dalam berbagai aspek. Mereka sering kesulitan bersosialisasi, baik dengan orang lain maupun teman sebaya, mengalami hambatan dalam berkomunikasi, serta memiliki keterbatasan dalam keterampilan adaptif lainnya (Shea, 2006). Sejak usia dini, bimbingan dan didikan orang tua berperan besar dalam membentuk arah perkembangan anak saat memasuki masa remaja. Bimbingan yang tepat sangat dibutuhkan, terutama pada masa remaja ketika mereka mulai menghadapi tantangan baru dan membutuhkan dukungan untuk mengambil keputusan yang positif serta membangun jati diri.

Zamakhshari et al., (2019) menyatakan bahwasanya banyak anak berkebutuhan khusus masih kurang percaya diri terhadap potensi yang mereka miliki, bahkan seringkali tidak mampu mengembangkan kemampuan mereka. Mereka cenderung merasa rendah diri terhadap lingkungan sekitar karena keterbatasan yang dimiliki. Rendahnya rasa percaya diri mendorong anak untuk menarik diri dari lingkungan, membatasi interaksi, serta mengalami hambatan dalam memanfaatkan kemampuan yang dimiliki. Karena itu, dukungan dan pemahaman dari orang tua, masyarakat, maupun pemerintah sangat diperlukan melalui penyediaan layanan serta pendidikan khusus yang sesuai bagi anak berkebutuhan khusus.

Wanabuliandari dkk. (2021) berpendapat bahwa kepercayaan diri bukanlah sesuatu yang timbul secara instan, melainkan harus ditumbuhkan melalui perlakuan yang berkelanjutan dan pembiasaan yang terarah, sehingga menghasilkan dampak yang positif. Riadin et al., (2017) menyatakan bahwasanya selain lingkungan rumah, sekolah dan pendidikan juga menjadi lingkungan yang sangat penting bagi anak. Pemerintah menegaskan bahwasanya setiap anak berkebutuhan khusus berhak memperoleh akses pendidikan yang setara. Mereka tidak terbatas pada sekolah luar biasa, tetapi juga memiliki kesempatan untuk menempuh pendidikan di sekolah reguler.

Listyaningsih (2018) dalam penelitiannya mengungkapkan bahwasanya anak dengan retardasi mental berpotensi mengalami krisis kepercayaan diri. Salah satu faktor penyebabnya adalah perbedaan tingkat kematangan intelektual yang membuat mereka merasa minder ketika berinteraksi dengan teman sebaya. Meski demikian, terdapat pula anak dengan retardasi mental yang tetap mampu menunjukkan kepercayaan diri meskipun memiliki keterbatasan. Hal ini menunjukkan bahwasanya rasa percaya diri sangat dipengaruhi oleh bagaimana individu memandang kekurangan yang ada pada dirinya. Kepercayaan diri bagi remaja dengan retardasi mental membantu mereka lebih mudah beradaptasi, mandiri, dan menjalin hubungan sosial yang baik. Dengan kepercayaan diri, mereka dapat mengelola emosi, menghadapi tantangan dengan sikap positif, serta termotivasi untuk belajar dan berkembang. Hal ini juga meningkatkan

kesejahteraan mental dan kualitas hidup mereka, memungkinkan mereka mencapai potensi terbaik dengan dukungan yang tepat. Hambly (2016) mendefinisikan kepercayaan diri sebagai suatu keyakinan internal yang memungkinkan individu untuk tetap tenang dan terkendali dalam menghadapi berbagai situasi. Sedangkan Mastuti dan Aswi (2008) menjelaskan bahwasanya kurangnya rasa percaya diri pada seseorang biasanya terjadi karena orang tersebut tidak berusaha mengembangkan dirinya sendiri dan cenderung hanya menunggu tindakan atau bantuan dari orang lain.

Remaja penyandang retardasi mental menghadapi beragam hambatan dalam perjalanan tumbuh kembangnya. Akan tetapi, dengan kesempatan serta pola pengasuhan yang tepat, mereka dapat berkembang secara positif. Sama halnya dengan remaja lain, mereka juga berhak memiliki kepercayaan diri. Yusuf (2019) menjelaskan bahwasanya kepercayaan diri merupakan keyakinan individu untuk bertindak sesuai keinginan dan harapan yang dimilikinya. Kepercayaan diri dapat dilihat dari bagaimana seseorang dengan leluasa melakukan aktivitas yang disenanginya, bertanggung jawab atas segala perbuatannya, serta mampu berinteraksi dengan sopan dan ramah dalam lingkungan sosial. Lebih jauh, kepercayaan diri melibatkan penerimaan terhadap diri sendiri, rasa diterima oleh lingkungan, dan kesiapan terlibat dalam aktivitas sesuai kemampuan, baik di rumah, sekolah, maupun dalam kehidupan sosial.

Vona dan Aviory (2020) menyatakan bahwasanya tingkat kepercayaan diri yang baik dapat membangun citra positif pada diri seseorang, sedangkan kepercayaan diri yang rendah justru menimbulkan citra negatif terhadap dirinya. Kepercayaan diri yang rendah dapat membuat remaja merasa ragu-ragu dalam melakukan aktivitas harian, seperti merawat diri, menyelesaikan tugas-tugas rutin, atau berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya. Mereka mungkin merasa cemas atau takut untuk mencoba hal-hal baru karena khawatir gagal atau mendapatkan penolakan. Keadaan tersebut dapat berpotensi menjadi penghalang bagi anak dalam mengembangkan hubungan sosial yang sehat dengan teman seusia dan lingkungan masyarakatnya. Selain itu, kondisi ini juga dapat membatasi partisipasi aktif mereka dalam berbagai kegiatan di sekolah maupun di lingkungan komunitas. Akibatnya,

remaja dengan retardasi mental berisiko mengalami kesulitan dalam mencapai potensi penuh mereka, baik dalam aspek akademis maupun keterampilan yang pada akhirnya berpengaruh terhadap kesiapan mereka untuk hidup mandiri di masa depan.

Chamidah (2013) menjelaskan bahwasanya anak penyandang disabilitas memiliki kebutuhan dan pola perawatan yang berbeda dibandingkan anak non-disabilitas. Oleh karena itu, mereka memerlukan perhatian khusus untuk mendukung proses tumbuh kembangnya. Dukungan lingkungan, terutama dari orang tua, menjadi faktor penting agar anak memperoleh pengasuhan yang sesuai. Merujuk pada penelitian Sari dkk. (2020), pendekatan pengasuhan yang sesuai mampu menghasilkan dampak menguntungkan terhadap pertumbuhan anak, di antaranya membangun rasa nilai diri serta memperkuat rasa percaya diri. Berdasarkan hal tersebut, sangat penting bagi orang tua untuk menerapkan pola asuh yang optimal.

Tingkat rasa percaya diri anak bisa berbeda-beda, bergantung pada strategi pengasuhan yang digunakan orang tua. Berbagai riset mengindikasikan bahwa pendekatan pengasuhan berperan besar dalam membentuk kepercayaan diri si kecil. Sebagai contoh, pada gaya pengasuhan otoriter, orang tua biasanya menerapkan regulasi yang amat kaku dan menuntut ketaatan mutlak tanpa memberi ruang bagi anak untuk mengemukakan pandangannya. Dalam penelitian Susianti dan Hutasuht (2022) menjelaskan bahwa ciri khas pola ini cenderung menekan, keterbatasan bagi anak dalam berekspresi, serta pemanfaatan sanksi hukuman sebagai metode utama. Dengan demikian, anak sering kali menghadapi gelisah, merasa rendah diri, serta minimnya rasa yakin pada diri sendiri. Semakin kerap orang tua menerapkan pola pengasuhan otoriter, semakin menurun pula tingkat kepercayaan diri yang dimiliki anak.

Orang tua yang menerapkan pola asuh otoritatif biasanya memberikan kesempatan kepada anak untuk berdiskusi, menetapkan aturan yang fleksibel, serta mempertimbangkan kebutuhan dan pendapat anak dalam pengambilan keputusan. Pola asuh ini menekankan komunikasi dua arah, dukungan emosional, serta adanya batasan yang jelas. Penelitian Kusherawati et al. (2021) menunjukkan bahwasanya

pola asuh otoritatif ditandai oleh sikap hangat, terbuka dalam komunikasi, dan pemberian kebebasan dalam koridor pengawasan. Pendekatan semacam ini terbukti mampu menumbuhkan rasa percaya diri, kemandirian, serta mendorong anak untuk bereksplorasi. Dapat disimpulkan bahwasanya semakin konsisten orang tua menerapkan pola asuh otoritatif, semakin tinggi pula tingkat kepercayaan diri yang dimiliki anak. Sebaliknya, pola asuh yang kurang tepat, seperti otoriter, justru dapat membuat anak merasa tertekan dan menurunkan kepercayaan dirinya.

Pola asuh permisif ditandai dengan pemberian kebebasan yang besar kepada anak tanpa adanya kontrol atau batasan yang cukup. Meskipun pendekatan ini dapat meningkatkan rasa percaya diri anak karena merasa dihargai dan bebas berekspresi. Akan tetapi, kepercayaan diri yang muncul sering kali tidak diiringi dengan kedisiplinan ataupun kemampuan menghadapi tekanan secara mandiri. Rohayani et al. (2023) menegaskan bahwasanya pola asuh permisif cenderung memberi keleluasaan berlebih kepada anak tanpa aturan yang jelas, sehingga berdampak negatif terhadap perkembangan, seperti kurang disiplin, sikap egois, rendahnya sopan santun, serta lemahnya rasa tanggung jawab. Jika terus diterapkan, pola asuh ini berpotensi membentuk kepribadian anak secara permanen dan memengaruhi karakter mereka hingga dewasa.

Orang tua memiliki tanggung jawab yang besar terhadap anak-anak mereka, terutama bagi anak-anak yang memiliki kebutuhan khusus. Pertama, orang tua berperan sebagai pengambil keputusan utama, karena mereka yang menentukan pilihan terbaik untuk masa depan anak. Kedua, orang tua perlu beradaptasi dengan keadaan anak dan memberikan sosialisasi yang tepat. Ketiga, meskipun orang tua bukan pendidik profesional untuk anak berkebutuhan khusus, mereka tetap dapat memberikan stimulasi dan pelatihan pada aspek-aspek tertentu sesuai kemampuan mereka. Keempat, orang tua juga berperan sebagai pendukung dan pembela kepentingan serta kebutuhan anaknya (Amelasasih, 2016).

Menurut Ningsih dkk. (2022), strategi pengasuhan yang dilakukan orang tua berperan besar dalam membentuk rasa percaya diri anak. Maka dari itu, orang tua disarankan untuk memilih pendekatan pengasuhan yang sesuai guna mendukung pertumbuhan anak, menyediakan bantuan emosional, serta menjalin komunikasi

yang efektif supaya anak mampu mengembangkan kepercayaan diri yang kokoh. Anak remaja yang dibina melalui gaya pengasuhan demokratis umumnya menunjukkan tingkat kepercayaan diri yang lebih tinggi, sedangkan gaya otoriter dan permisif sering kali berhubungan dengan rasa percaya diri yang minim. Arjoni (2017) menguraikan bahwa “pola” merujuk pada sistem atau pendekatan, sementara “asuh” mencakup upaya menjaga, merawat, serta mendidik. Fitriani (2015) melengkapi penjelasan tersebut dengan menyatakan bahwa sasaran utama dari pola asuh adalah membentuk tingkah laku anak agar selaras dengan standar dan nilai-nilai yang diterima dalam masyarakat.

Subagia (2021) menyatakan bahwa pendekatan pengasuhan bisa diimplementasikan secara langsung atau tidak langsung melalui dinamika hubungan antara orang tua dan anak. Secara keseluruhan, ada tiga kategori pola asuh yang paling sering dipakai, yakni otoriter, permisif, dan otoritatif. Gaya otoriter menitikberatkan pada disiplin yang kaku tanpa memberdayakan anak dalam proses pengambilan keputusan, di mana pola permisif justru ditandai dengan kebebasan yang tidak terkendali serta absennya batasan yang tegas. Berbeda lagi, gaya otoritatif memadukan regulasi yang kuat dengan sikap hangat beserta saluran komunikasi yang transparan antara orang tua dan anak. Ketiga tipe ini menghasilkan implikasi yang berbeda-beda terhadap perkembangan psikologis anak, termasuk dalam proses pembentukan rasa percaya dirinya.

Menurut Thridonanto (2014), pola asuh orang tua meliputi interaksi dan sikap orang tua dalam proses mendidik anak. Pola asuh ini ditunjukkan melalui pemberian bimbingan dan dorongan, sehingga anak memahami pengetahuan, nilai-nilai masyarakat, serta terbiasa berperilaku baik. Dampaknya, anak dapat berkembang secara sehat, memiliki rasa percaya diri, keingintahuan, dan kemandirian dalam hidupnya.

Keluarga dan pola asuh orang tua memegang peranan penting dalam menumbuhkan kepercayaan diri remaja dengan retardasi mental, karena keluarga merupakan lingkungan awal yang membentuk pertumbuhan dan perkembangan pribadi anak. Selain itu, keluarga berperan aktif memberikan dukungan kepada setiap anggotanya. Dukungan ini berkontribusi pada pembentukan konsep diri

positif yang pada gilirannya meningkatkan kepercayaan diri remaja dengan retardasi mental. Hal tersebut diperkuat oleh penelitian Ambarwati et al. (2024), yang menemukan bahwasanya pola asuh orang tua sangat berpengaruh dalam membentuk kepercayaan diri remaja penyandang tunawicara. Sejalan dengan itu, penelitian Nirmala (2024) menunjukkan bahwasanya cara orang tua mengasuh anak tunadaksa berdampak pada rasa percaya diri mereka. Dengan demikian, pola asuh memiliki peranan penting terhadap pembentukan kepercayaan diri anak.

Puspitaningrum, E. M. (2018), dalam penelitiannya yang berjudul “Hubungan Pola Asuh Orang Tua Terhadap Kepercayaan Diri Pada Anak Tuna Rungu di SLB Kota Jambi”, mengungkapkan adanya korelasi yang bermakna antara strategi pengasuhan orang tua dengan tingkat kepercayaan diri pada anak tunarungu. Sebagian besar orang tua menerapkan gaya pengasuhan demokratis, yang menghasilkan pengaruh menguntungkan terhadap kepercayaan diri anak, sementara pendekatan otoriter justru cenderung menghalangi kemajuan perkembangan kepercayaan dirinya.

Studi oleh Putri, E. L. M. (2015), yang berjudul “Perbedaan Kepercayaan Diri Remaja Akhir Ditinjau Dari Persepsi Terhadap Pola Asuh Orang Tua”, menyatakan bahwa variasi tingkat kepercayaan diri pada remaja akhir dipengaruhi oleh pandangan mereka mengenai pola pengasuhan yang diterapkan orang tua. Ketiga jenis pola asuh, otoriter, demokratis, dan permisif, semuanya memberikan dampak terhadap proses pembentukan rasa percaya diri. Hasil penelitian tersebut mengindikasikan bahwa gaya pengasuhan demokratis paling efektif dalam memperkuat kepercayaan diri remaja dibandingkan tipe yang lainnya.

Hasmayni, B. (2014), melalui penelitian berjudul “Hubungan antara Kepercayaan Diri Dengan Penyesuaian Diri Remaja”, menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara rasa percaya diri dengan kemampuan penyesuaian diri pada remaja di MAN I Rantau Utara. Analisis data mengungkapkan bahwa semakin kuat rasa percaya diri remaja, semakin optimal pula proses penyesuaian diri mereka. Di sisi lain, minimnya kepercayaan diri sering kali menyebabkan penurunan penyesuaian diri.

Orang tua diharapkan dapat menerapkan pendekatan pengasuhan yang tepat dan dapat mengembangkan kepercayaan diri, khususnya yang memiliki anak remaja dengan retardasi mental ringan. Berdasarkan pada konteks latar belakang di atas, penelitian ini akan melakukan penelitian secara mendalam mengenai “Kepercayaan Diri pada Remaja dengan Retardasi Mental Ringan ditinjau dari tipe Pola Asuh Orang tua”.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah terdapat perbedaan tingkat kepercayaan diri pada remaja dengan retardasi mental ringan ditinjau dari tipe pola asuh orang tua?

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan kepercayaan diri pada remaja dengan retardasi mental ringan ditinjau dari tipe pola asuh orang tua.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pemahaman psikologi perkembangan terkait kepercayaan diri pada remaja dengan retardasi mental ringan, serta membantu mengidentifikasi perbedaan tingkat kepercayaan diri berdasarkan pola asuh yang diterapkan orang tua.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Remaja dengan Retardasi Mental Ringan

Remaja yang mengalami retardasi mental ringan dapat merasakan peningkatan kepercayaan diri melalui pendekatan pengasuhan yang lebih mendukung dan responsif. Dengan bantuan yang tepat, mereka dapat mengembangkan kemampuan berinteraksi sosial secara lebih efektif, yang pada akhirnya turut memperkuat kepercayaan diri mereka.

b. Bagi orang tua

Penelitian ini diharapkan menyediakan wawasan dan pengetahuan bagi orang tua mengenai pentingnya menerapkan pola pengasuhan yang sesuai untuk remaja dengan retardasi mental ringan. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan mampu menjelaskan perbedaan tingkat

kepercayaan diri remaja dengan retardasi mental ringan sesuai berdasarkan tipe pola pengasuhan yang diterapkan, mencakup otoriter, permisif, maupun otoritatif.

c. Bagi sekolah

Penelitian ini diharapkan memberikan wawasan kepada para pendidik bahwa setiap siswa memiliki tingkat kepercayaan diri yang beragam. Dengan kesadaran tersebut, institusi pendidikan dapat membangun kolaborasi dengan orang tua guna menerapkan strategi pengasuhan yang lebih pas, sehingga memfasilitasi pertumbuhan rasa percaya diri siswa, khususnya remaja dengan retardasi mental ringan.

d. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sebagai sumber referensi untuk studi lanjutan, sekaligus membuka ruang bagi pengembangan lebih mendalam dengan menekankan variabel lain yang memengaruhi kepercayaan diri remaja dengan retardasi mental ringan.