

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Keluarga merupakan lingkungan awal dalam kehidupan manusia yang tersusun atas ayah, ibu dan anak serta memiliki peran penting dalam perkembangan individu. Setiap orang tua mengharapkan anak yang sehat dan berkembang sesuai dengan tahapan usianya. Namun, tidak semua harapan tersebut dapat menjadi kenyataan karena sebagian keluarga dihadapkan pada kondisi bahwa anak yang dilahirkan memiliki kondisi sebagai anak berkebutuhan khusus, yaitu anak dengan karakteristik berbeda dari anak pada umumnya akibat adanya keterbatasan fisik maupun mental yang telah muncul sejak tahap awal perkembangan. Pitaloka (2022) menjelaskan bahwa anak dengan kebutuhan khusus adalah anak yang memiliki hambatan perkembangan fisik atau psikologis pada satu atau beberapa aspek termasuk autisme.

Anak berkebutuhan khusus dapat dimaknai sebagai anak yang memerlukan layanan pendidikan yang dirancang secara khusus sesuai dengan hambatan belajar serta kebutuhan masing-masing anak secara individual. Menurut Sulthon (2020) anak berkebutuhan khusus merupakan anak yang mengalami keterbatasan atau tantangan secara signifikan selama proses tumbuh kembang baik dalam aspek intelektual, sosial, emosional maupun fisik sehingga membutuhkan perawatan, layanan dan pendidikan yang bersifat khusus. Oleh karena itu, guna mendukung pencapaian perkembangan yang optimal, anak berkebutuhan khusus memerlukan berbagai layanan serta aktivitas yang disesuaikan dengan karakteristik dan kebutuhan masing-masing individu.

Menteri Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (2017) menyatakan bahwa anak berkebutuhan khusus adalah anak yang memiliki keterbatasan jangka panjang pada aspek fisik, intelektual, mental dan sensorik sehingga kondisi tersebut dapat menghambat keterlibatan mereka secara optimal dalam berbagai aktivitas dengan anak-anak seusianya. Terdapat dua kategori anak berkebutuhan khusus, pertama yaitu anak-anak yang diklasifikasikan sebagai anak berkebutuhan khusus

sementara yang disebabkan oleh faktor eksternal seperti tantangan belajar dan hambatan perkembangan akibat pengalaman traumatis yang telah mengganggu dan merusak keadaan fisik dan mental anak. Kedua yaitu anak-anak yang secara permanen terdampak oleh kebutuhan khusus dimana mereka menghadapi tantangan atau hambatan dalam perkembangan internal dan proses belajar akibat disabilitas seperti kehilangan pendengaran, penglihatan, gangguan intelektual atau kognitif, gangguan motorik, emosional, sosial dan perilaku (Risky & Aisyah, 2020).

Pada tahun 2022 jumlah disabilitas anak yaitu 3,3% dalam rentang usia 5-19 tahun atau setara dengan 2,1 juta jiwa dari total 66,6 juta jiwa penduduk dalam rentang usia tersebut pada tahun 2021 (Kemenko PMK, 2022). Berdasarkan data Survei Kesejahteraan Indonesia 2024, anak penyandang disabilitas di Indonesia mencapai jumlah sekitar 1 juta jiwa dari total populasi anak dengan jumlah sekitar 83 juta jiwa (KPAI, 2025). Menurut data Kemendikbudristek, jumlah penyandang disabilitas mencapai 50.409.242 jiwa dan Jawa Timur berada di posisi kedua dengan jumlah penyandang disabilitas sebanyak 7.215.868 jiwa (Kemendikbudristek, 2025).

Permasalahan yang sering dialami oleh orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus adalah kesedihan dan kekhawatiran dalam mengasuhnya. Orang tua yang melahirkan anak berbeda dari anak normal lainnya merasakan berbagai emosi dalam dirinya. Banyak orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus merasa terkejut, sedih, kecewa, kesulitan menerima kenyataan, mengalami stress dan merasa marah setelah mengetahui anaknya didiagnosis memiliki kebutuhan khusus. Maysa dan Khairiyah (2019) menyatakan bahwa orang tua atau khususnya ibu ketika mengetahui hasil diagnosa anaknya akan merasa cemas, panik, sedih, kecewa, perasaan putus asa dan stres seiring dengan perkembangan anak karena kesulitan dalam mengasuhnya akan terus bertambah.

Sebagian masyarakat belum cukup ramah akan kehadiran anak berkebutuhan khusus dan menganggap orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus sebagai kesialan. Penelitian yang dilakukan oleh Khoiriah dan Ridho (2021) mengungkapkan bahwa keluarga dengan anak disabilitas tunarungu menunjukkan emosi positif, optimis, sugesti yang menguatkan dan rasa kasih

sayang. Sementara itu, Rahayu dan Marheni (2020) mengungkapkan bahwa tingkat kepedulian masyarakat terhadap anak berkebutuhan khusus masih relatif rendah. Pandangan negatif tersebut dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti ketidaktahuan masyarakat, kurangnya edukasi tentang disabilitas serta minimnya empati dan simpati dalam interaksi sosial. stigma yang muncul tidak hanya berdampak pada anak penyandang disabilitas, tetapi juga pada keluarga mereka yang kerap disalahkan serta menjadi perbincangan di lingkungan sosial (Sholichah, 2024).

Kondisi ini diperkuat oleh adanya stigma sosial serta kekhawatiran orang tua bahwa anak mereka berpotensi mengalami perlakuan tidak adil seperti perundungan maupun pengucilan sosial (Putri dkk, 2022). Kondisi-kondisi tersebut bukan hanya mempengaruhi orang tua secara individu, tetapi juga dinamika keluarga secara keseluruhan. Keluarga harus mampu bertahan, beradaptasi dan mengatasi hambatan yang dihadapi. Oleh karena itu, orang tua dengan anak berkebutuhan khusus harus memiliki ketahanan agar dapat menghadapi tekanan serta tantangan dalam berbagai kondisi sulit. Ketahanan tersebut dikenal sebagai resiliensi keluarga atau *family resilience* yaitu kombinasi karakteristik anggota keluarga dalam mengatasi kesulitan dan menampilkan hasil yang positif (Nasa dkk, 2022).

Ketahanan keluarga menjadi topik yang menjadi perhatian negara. Hal tersebut terbukti dengan adanya Undang-undang Nomor 10 tahun 1992 tentang perkembangan kependudukan dan pembangunan keluarga sejahtera menyebutkan bahwa ketahanan keluarga telah melaksanakan peranan, fungsi, tugas-tugas dan tanggung jawabnya dalam mewujudkan kesejahteraan seluruh anggota keluarga. Sementara itu, pada Undang-undang Nomor 52 tahun 2009 tentang Perkembangan Kependudukan dan Pembangunan Keluarga mendefinisikan ketahanan dan kesejahteraan keluarga sebagai kondisi keluarga yang memiliki keuletan dan ketangguhan serta kemampuan fisik dan material untuk hidup mandiri, mengembangkan diri dan membangun kehidupan keluarga yang harmonis dalam meningkatkan kesejahteraan lahir dan batin.

Menurut Andriyani (2021) resiliensi keluarga merujuk pada kemampuan keluarga untuk beradaptasi dan pulih dari trauma maupun masalah sosial sehingga dapat bertahan dan menjalani kehidupan secara bersama setelah masa krisis.

Resiliensi keluarga memiliki peran yang sangat penting bagi orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus karena dapat mempertahankan keharmonisan antaranggota keluarga dan menjaga keberfungsian keluarga agar tetap optimal. Dalam hal ini, Walsh (2006) menyatakan bahwa resiliensi keluarga merupakan suatu proses yang berkelanjutan, dimana keluarga mampu melakukan penyesuaian diri serta menerapkan strategi *coping* secara efektif untuk menghadapi dan mengatasi berbagai bentuk kesulitan.

Resiliensi keluarga memiliki peran yang sangat krusial bagi orang tua dengan anak berkebutuhan khusus karena rentan mengalami kelelahan pengasuhan, hambatan sosial serta meningkatnya stres dalam kehidupan sehari-hari dan berdampak negatif jika tidak dikelola dengan baik. Konsep ketahanan keluarga mencakup keluarga sebagai unit fungsional bukan hanya individu sebagai sumber daya potensial. Resiliensi keluarga merupakan kemampuan untuk berkembang dan bertransformasi secara pribadi dan relasional yang dapat membantu dalam menghadapi dan mengatasi berbagai tantangan (Yumpi & Satrio, 2017). Keluarga dapat menjadikan sebuah masalah sebagai peluang untuk mengevaluasi ulang terkait prioritas, memperkuat ikatan dan menetapkan tujuan keluarga. Resiliensi keluarga di dasarkan pada pemahaman bahwa semua anggota keluarga dapat bertahan dan tetap tangguh meskipun berada dibawah tekanan. Hal ini menunjukkan bahwa keluarga mampu mengatasi tekanan dan tantangan serta memperbaiki diri. Penelitian yang dilakukan oleh Maulidia dkk (2017) menyatakan bahwa sebagian besar keluarga dengan anak spektrum autistik memiliki tingkat resiliensi sedang dengan kekuatan utama pada sistem kepercayaan melalui keyakinan, harapan dan coping religius. Walsh menjelaskan bahwa resiliensi keluarga merupakan kemampuan sistem keluarga untuk bangkit serta bertahan dari keterpurukan. Kemampuan keluarga dalam menekan faktor risiko dan mengoptimalkan faktor protektif yang dimilikinya merupakan kunci dari resiliensi keluarga.

Menurut Herdiana (2018) keluarga yang resilien adalah keluarga yang memiliki kemampuan mengenali, memanfaatkan dan mengembangkan potensi internalnya sehingga tetap mampu bangkit serta bertumbuh secara positif meskipun berada

dalam situasi krisis yang penuh dengan berbagai tantangan. Keluarga yang resilien mampu menjadikan kesulitan yang dihadapinya sebagai sarana pembelajaran untuk mengembangkan diri serta membangun hubungan yang lebih baik dengan orang lain. Sedangkan menurut Zhou (dalam Barokah, 2023) resiliensi keluarga merupakan kemampuan keluarga sebagai satu kesatuan untuk menyesuaikan diri secara positif terhadap berbagai kesulitan. Proses penyesuaian tersebut mencakup kemampuan keluarga dalam mempertahankan keharmonisan, memperkuat hubungan antaranggota keluarga serta menemukan strategi yang efektif untuk mengatasi permasalahan yang dihadapi.

Keluarga yang memiliki tingkat resiliensi yang baik adalah keluarga yang mampu memaknai kondisi distress sebagai tantangan bukan sesuatu yang merusak serta memandang potensi keluarga untuk tumbuh dan berkembang. Keluarga dengan resiliensi yang baik cenderung memberikan dampak yang positif bagi anggotanya. Keluarga yang resilien mampu memaknai berbagai tantangan kehidupan menggunakan pemikiran yang optimis melalui pemikiran yang positif. Pola pikir yang optimis terbentuk dari emosi yang sehat, rasa kasih sayang, sikap optimis serta sugesti yang saling menguatkan antaranggota keluarga (Mulyana & Matiuddin, 2018). Berdasarkan temuan tersebut, resiliensi keluarga erat kaitannya dengan optimisme karena merupakan salah satu keyakinan yang dapat mempengaruhi cara keluarga dalam menghadapi tantangan. Sikap optimis mendorong keluarga untuk memandang kesulitan sebagai kondisi yang dapat diatasi sehingga membantu orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus menjadi lebih tangguh, mempertahankan harapan serta mengembangkan strategi adaptif dalam menghadapi tekanan yang dialami.

Resiliensi keluarga merupakan hal yang sangat krusial bagi setiap keluarga khususnya pada orang tua dengan anak berkebutuhan khusus. Kemampuan untuk dapat bertahan dan beradaptasi dalam situasi yang penuh tekanan dipandang sebagai suatu proses yang dinamis dalam membangun kekuatan keluarga. Melalui proses tersebut, seluruh anggota keluarga dituntut untuk belajar menghadapi berbagai tantangan secara bersama-sama serta mengoptimalkan potensi yang dimiliki keluarga untuk mempertahankan keberfungsian keluarga secara adaptif.

Keluarga yang memiliki resiliensi yang baik cenderung dapat meningkatkan efek positif sehingga mampu mengembangkan potensi yang dimiliki oleh keluarganya (Nurussyifa dkk, 2020).

Amelasasih (2016) dalam penelitiannya menyatakan bahwa berbagai faktor protektif baik yang bersifat internal maupun eksternal memiliki peran dalam memperkuat resiliensi orang tua dengan anak berkebutuhan khusus sehingga mampu memunculkan *coping* dan adaptasi positif. Terdapat tiga faktor yang menjadi kunci bagi resiliensi keluarga yaitu sistem keyakinan, pola pengorganisasian dan proses komunikasi dalam keluarga. Nurussyifa dkk (2020) menyatakan dalam penelitiannya bahwa semakin tinggi tingkat resiliensi keluarga yang dipersepsikan oleh ibu maka semakin rendah tingkat stres dalam pengasuhan anak tunanetra yang dialami dan semakin tinggi tingkat stres dalam pengasuhan yang dialami maka semakin rendah tingkat resiliensi yang dipersepsikan.

Selain itu, Meutiasari dkk (2020) mengemukakan hasil penelitiannya terhadap 50 ibu dengan anak *cerebral palsy* bahwa hasil analisis regresi menunjukkan koherensi keluarga secara signifikan berkontribusi terhadap resiliensi keluarga sebesar 26,6% serta menandakan bahwa semakin kohesif suatu keluarga maka semakin tangguh pula keluarga tersebut. Keyakinan terhadap masa depan mempengaruhi cara pandang keluarga terhadap situasi sulit yang dihadapinya sehingga mampu untuk mengambil tindakan yang dapat meningkatkan ketahanan keluarga. McCubbin (dalam Kalil 2003) menyatakan bahwa optimisme keluarga dan dukungan keluarga merupakan variabel yang dapat mempengaruhi resiliensi keluarga sehingga berpotensi dapat meningkatkan resiliensi keluarga. Scheier dan Carver (1985) menyatakan bahwa optimisme merupakan keyakinan dasar bahwa sesuatu yang baik terjadi di masa depan dan melahirkan perilaku positif dalam menghadapi stressor sehingga resiliensi keluarga yang tinggi dapat dicapai.

Menurut Wihartati (2022) seseorang yang optimis memandang pengalaman yang positif sebagai sesuatu yang layak untuk diperoleh dan melihat kegagalan sebagai proses pengembangan diri yang membawa dampak positif di masa depan. Ketika dihadapkan pada kesulitan, seseorang yang optimis percaya bahwa kesulitan tersebut akan memberikan dampak positif bagi perkembangan diri mereka dan

dibaliknya pasti ada kesempatan untuk memenuhi harapan. Sebagaimana teori Seligman (2008) menjelaskan bahwa salah satu bentuk optimisme adalah keyakinan bahwa peristiwa buruk dalam hidup bersifat sementara serta tidak sepenuhnya mempengaruhi aktivitas dan bukan sepenuhnya disebabkan oleh kesalahan diri sendiri melainkan dipengaruhi oleh faktor eksternal seperti takdir, keadaan dan orang lain. Ketika seseorang yang optimis mengalami peristiwa menyenangkan, mereka percaya bahwa hal tersebut akan berlangsung lama dan mempengaruhi semua aktivitas dan merupakan pencapaian diri mereka sendiri.

Optimisme merupakan pandangan yang dimiliki seseorang bahwa berbagai hal akan berkembang ke arah yang positif. Optimisme dapat dipahami sebagai cara berpikir positif dan realistis dalam memandang permasalahan serta dapat diterapkan dalam berbagai aspek kehidupan untuk mendukung pencapaian keberhasilan (Salnabila dkk, 2025). Individu yang memiliki sikap optimis menilai pengalaman hidup baik keberhasilan maupun kegagalan sebagai bagian dari proses pembelajaran sehingga tetap mampu melihat peluang ditengah keterbatasan yang dihadapi. Selain itu, optimisme dapat membantu individu untuk mengelola emosi lebih adaptif ketika menghadapi situasi yang penuh tekanan. Keyakinan positif tersebut mendorong individu untuk terus berusaha, mempertahankan motivasi dan tidak mudah menyerah saat menghadapi berbagai hambatan atau kesulitan.

Optimisme berkaitan dengan proses adaptasi atau proses *coping* yang mempengaruhi cara keluarga untuk mengatasi masalah sehingga dapat diyakini berperan penting dalam membentuk resiliensi keluarga pada orang tua anak berkebutuhan khusus. Namun, penelitian yang membahas keterkaitan optimisme dengan resiliensi keluarga pada orang tua ABK masih terbatas dan sebagian besar bersifat deskriptif. Maka, berdasarkan pemaparan diatas peneliti ingin melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh Optimisme Terhadap Resiliensi Keluarga Pada Orang Tua Anak Berkebutuhan Khusus”.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah optimisme berpengaruh terhadap resiliensi keluarga pada orang tua anak berkebutuhan khusus?

1.3 Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui pengaruh optimisme terhadap resiliensi keluarga pada orang tua anak berkebutuhan khusus.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pemahaman dan wawasan mengenai peran optimisme dalam meningkatkan resiliensi keluarga dalam bidang ilmu psikologi positif dan psikologi keluarga.

1.4.2 Manfaat Praktis

- a. Bagi orang tua anak berkebutuhan khusus

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi bahwa sikap optimisme dapat meningkatkan ketahanan keluarga dalam menghadapi tantangan dan pengasuhan anak berkebutuhan khusus.

- b. Bagi keluarga terdekat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi bagi keluarga terdekat bahwa dukungan emosional, sosial dan sikap positif yang diberikan kepada orang tua anak berkebutuhan khusus dapat memperkuat optimisme serta meningkatkan ketahanan keluarga dalam menghadapi berbagai tantangan pengasuhan.

- c. Bagi praktisi layanan sosial

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sehingga dapat diberikan psikoedukasi serta pendampingan kepada orang tua agar lebih optimis dalam mengasuh anak berkebutuhan khusus.

- d. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan acuan referensi tambahan untuk mengembangkan penelitian serupa dengan menambahkan variabel lain yang berhubungan dengan resiliensi keluarga.