

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Dalam Undang-undang Nomor 1 tahun 1974 pasal 1 dinyatakan bahwa perkawinan ialah ikatan lahir batin antara seorang pria dengan seorang wanita sebagai suami istri dengan tujuan membentuk keluarga yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa. Bagi seorang wanita, mereka merasa sempurna saat mereka mampu mengandung dan melahirkan. Menurut Ibrahim dan Nur (2002; dalam Rachmawati & Masykur, 2016), proses kehamilan merupakan masa penantian yang penuh kebahagiaan bagi seorang ibu. Dalam setiap keluarga mengharapkan kehadiran anak dan tentunya memiliki harapan memiliki anak yang sempurna sesuai tahap perkembangannya (Susanti, 2014: 45). Namun pada kenyataannya tidak semua anak dilahirkan sesuai dengan harapan dan sesuai dengan tahap perkembangannya. Beberapa anak memiliki keterbatasan dalam hal fisik maupun psikis yang biasanya disebut dengan anak berkebutuhan khusus (ABK). Mangunsong (2014: 4) mengatakan bahwa anak berkebutuhan khusus adalah anak yang menyimpang dari rata-rata anak normal dari segi ciri-ciri mental, kemampuan sensorik, fisik, perilaku sosial dan emosional, kemampuan berkomunikasi, maupun gabungan dari dua atau lebih dari hal-hal di atas.

Salah satu jenis anak berkebutuhan khusus adalah *Down syndrome*. Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 (2018; dalam Infodatin, 2019) mengatakan bahwa *Down syndrome* merupakan kelainan yang menyumbang kecacatan paling besar yaitu 0,21% daripada gangguan yang lainnya. *Down syndrome* dapat diartikan sebagai salah satu keterbelakangan mental yang paling umum terjadi sejak lahir (Patton, dkk; dalam Mangunsong, 2014: 145). Adanya kelainan kromosom yang menyebabkan anak mengalami *Down syndrome*. Anak *Down syndrome* adalah mereka yang menderita kelainan, yang seharusnya dalam satu tubuh terdapat 46 kromosom, 23 kromosom dari ayah dan 23 kromosom dari ibu. Pada anak *Down syndrome* terdapat kelebihan kromosom nomor 21, kelebihan atau kelainan kromosom ini terjadi waktu pembagian sel, sehingga dapat dikatakan bila anak *Down syndrome* memiliki tiga buah kromosom nomor 21. Kelainan kromosom tersebut menyebabkan anak dengan *Down syndrome* memiliki kekurangan dalam aspek kognitif. (Mangunsong, 2014: 145).

Keterlambatan yang dialami oleh anak dikarenakan anak *Down syndrome* memiliki intelektual di bawah rata-rata atau retardasi mental. Dalam *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder 5* (2013: 33) dijelaskan retardasi mental merupakan gangguan yang terjadi pada saat periode perkembangan sehingga menurunnya fungsi inteligensi dan kemampuan adaptif dalam hal konseptual, sosial dan praktis. Oleh karena itu, anak dengan keadaan *Down syndrome* tidak mampu melakukan aktivitas sehari-hari seperti berkomunikasi, bersosialisasi, dan hidup mandiri di berbagai keadaan seperti di rumah, di sekolah, di pekerjaan dan di masyarakat.

Adanya keterbatasan yang dialami oleh anak *Down syndrome*, pengasuhan yang diberikan kepada anak *Down syndrome* dengan anak normal akan berbeda. Orangtua diharapkan dapat lebih mengatur waktu untuk mengasuh anak, waktu untuk keluarga dan juga waktu untuk kewajiban yang dimiliki. Sesuai dengan yang disampaikan oleh Ghoniyah dan Savira (2015: 2) orangtua diharapkan mampu membagi waktu antara melakukan kewajiban rumah tangga dengan mengasuh anak, dikarenakan mengasuh anak dengan kondisi *Down syndrome* berbeda dengan anak normal lainnya.

Keterbatasan anak tersebut pun menjadi hal yang menyulitkan bagi orangtua terutama bagi seorang ibu. Dengan kesulitan yang dihadapi ini, orangtua pun akan merasa terbebani dan tertekan tetapi seiring berjalannya waktu orangtua dapat menerima peristiwa ini. Sesuai pendapat yang dikemukakan oleh Mangunsong (2016: 163) reaksi pada orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus pada umumnya ialah merasa *shock* dan terganggu, penolakan, kesedihan, kecemasan dan ketakutan, marah dan kemudian akan menyesuaikan diri. Berkaitan dengan hal ini, peneliti pun telah melakukan wawancara awal kepada subjek "A". Berikut hasil wawancara yang peneliti dapatkan:

"Saya jujur, saya down. Gak lama kok saya down. Sebulan. Sebulan itupun mungkin karna saya disini, suami disana balik kerja di Papua. Nah, itu kan saya sendirian. Akhirnya down. Downnya bukan karna stress karna punya anak spesial mungkin stres karna ngurus sendiri dan mereka kan rentan. Dari awal lahir itu udah dikasih tau, gak boleh tidur di ac, tidak boleh tidur bersama kakaknya, karena anak Down syndrome fisiknya lemah kan. Setelah satu bulan saya pasrah, ikhlas, menerima apa adanya. Perasaan bersyukur pastinya ada selalu." (Ibu "A", 49 tahun, ibu yang memiliki anak *Down syndrome*).

Berdasarkan hasil wawancara tersebut menjelaskan bahwa, pada awal mempunyai anak *Down syndrome* seorang ibu pasti belum mampu menerima kenyataan bahwa harus memiliki anak yang berbeda dari anak normal lainnya. Ibu akan merasa sedih dan down karena anak yang dilahirkan berbeda. Subjek “A” pun juga mengatakan bahwa ia merasa stress karena banyak hal yang harus diperhatikan dalam merawat anak *Down syndrome*. Subjek “A” juga merasa kesulitan dalam mengasuh ketika ia harus mengasuh anaknya sendiri tanpa bantuan dari suaminya. Kemudian sebagai ibu, subjek “A” pasti akan merasa lebih stress daripada suami karena ibu memiliki tanggung jawab dalam merawat dan mengasuh anak. Hal ini sesuai dengan pernyataan Tehee, Honan, & Hevey (2009: 7) Secara khusus, ibu mengalami stres yang lebih besar dibandingkan dengan ayah.

Dapat dilihat bahwa subjek “A” pada akhirnya dapat menerima kondisi anak. Walaupun seringkali ibu merasa terbebani dengan kesulitan yang ada, namun pada kenyataannya tidak semua ibu merasa terbebani dengan berjalannya waktu. Hal itu didasarkan pada perasaan bersyukur yang dimilikinya. Subjek “A” akhirnya pasrah, ikhlas, dan menerima kondisi anaknya. Kemudian subjek “A” juga memiliki perasaan bersyukur dalam menerima kondisi ini. Individu dengan emosi yang positif seperti *gratitude* menunjukkan *well-being* yang baik. Beberapa hasil penelitian tentang pribadi yang mudah bersyukur (*grateful personality*) menunjukkan bahwa orang dengan *grateful personality* tampak lebih suka membantu, lebih religius, lebih ekstrover, dan lebih mudah bersosialisasi (McCullough, Emmons, & Tsang, 2002 dalam Setiadi, 2016: 76).

Perasaan bersyukur atau *Gratitude* merupakan suatu perasaan menyenangkan yang khas, yang berwujud rasa syukur atau rasa terimakasih yang muncul ketika kita menerima kebaikan (*kindness, compassion, love*), manfaat (*benefit*), atau bantuan altruistik dari pihak lain, terutama hal-hal yang sebenarnya tidak layak kita terima, yaitu hal-hal yang bukan disebabkan oleh upaya kita sendiri (Emmons dan McCullough, 2004: 112). Seorang ibu dapat dikatakan memiliki rasa syukur atau *Gratitude* saat ibu tersebut tidak hanya dengan menerima kondisi anak tetapi juga bersyukur atas anak yang dimilikinya.

Pada penelitian yang berjudul *Gratitude* pada Ibu yang memiliki anak *Down syndrome* yang dilakukan oleh Sanggar Prakoso (2018), penelitian tersebut ingin melihat aspek manakah yang paling banyak dimiliki oleh ibu yang memiliki anak *Down syndrome*. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa 28 subjek ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus memiliki *Gratitude* dalam kategori sangat tinggi. Perbedaan kategori

Gratitude tiap orang terjadi karena ada beberapa faktor seperti tingkat pendidikan, ekonomi, usia ibu, usia anak, ataupun jenis kekhususan yang dialami anak. Dalam hal ini *Gratitude* penting untuk tumbuh dalam kehidupan orangtua atau ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus.

Penting adanya *Gratitude* pada orangtua atau ibu yang memiliki anak berkebutuhan. Hal ini sesuai dengan pengertian *Gratitude* menurut Emmons dan McCullough (2004; dalam Setiadi, 2016: 76) *Gratitude* merupakan kecenderungan bertingkah laku yang sifatnya menetap (trait) dapat menjadi bagian dari jati diri seseorang (*part of character*), serta merupakan kekuatan moral yang menggerakkan dan mengarahkan hidup seseorang untuk memberikan kontribusi khas dari dirinya. Sehingga, orangtua atau ibu yang memiliki *Gratitude* akan menumbuhkan sifat yang menetap pada dirinya dan menggerakkan dirinya untuk memberikan bantuan atau kontribusinya terhadap anaknya yang memiliki kekhususan. Kemudian dapat menumbuhkan sikap *altruism* dalam mengasuh dan merawat anaknya.

Adapun 3 komponen dalam *Gratitude* menurut Fitzgerald (1998, dalam Emmons & McCullough, 2004: 5) yaitu, yang pertama adalah *a warm sense of appreciation*, kedua adalah *a sense of goodwill*, dan yang ketiga adalah *a disposition to act*. Terdapat kesesuaian antara komponen *Gratitude* dengan hasil wawancara yang telah didapatkan oleh peneliti kepada subjek “S”. Berikut hasil wawancara yang didapatkan:

“Tidak ada perasaan malu sih, Ai bawa kesana-kesini. tidak ada perasaan gak mau urus anak ini walaupun berbeda dengan anak lainnya. Ai selalu urus.” (Ibu “S”, 51 tahun, ibu yang memiliki anak *Down syndrome*).

“Bersyukur dikasih Tuhan kepercayaan buat ngerawat anak ini. Angan-angan emang dari dulu pengen punya anak banyak dari sebelum nikah ya. Sekarang dikasih ya bersyukur.” (Ibu “S”, 51 tahun, ibu yang memiliki anak *Down syndrome*).

“Saya pasrah, ikhlas, menerima apa adanya, bersyukur ada karena ternyata Tuhan percaya saya bisa ngerawat anak ini.” (Ibu “A”, 49 tahun, ibu yang memiliki anak *Down syndrome*).

Berdasarkan hasil tersebut dapat dilihat bahwa subjek “S” dan subjek “A” memiliki perasaan bersyukur dengan kehadiran anaknya walaupun berbeda. Subjek “S” dan “A” juga memiliki perasaan ingin membantu anak

Down syndrome dengan merawat mereka. Dengan pernyataan yang dikatakan oleh subjek “S” dan “A” sesuai dengan komponen *Gratitude* menurut Fitzgerald (1998, dalam Emmons & McCullough, 2004: 28) yaitu a sense of goodwill yang artinya kehendak yang baik (*goodwill*) yang ditujukan kepada seseorang atau sesuatu, seperti meliputi keinginan untuk membantu orang lain yang kesusahan, keinginan untuk berbagi, dan sebagainya.

Kemudian subjek “S” dan subjek “A” juga mengatakan bahwa mereka merasa diberikan kepercayaan oleh Tuhan dapat merawat anak *Down syndrome*. Dapat dilihat bahwa terdapat unsur religius dalam kehidupan subjek “S” dan subjek “A” dalam menerima kondisi anaknya, sehingga subjek “S” dan subjek “A” ini juga menggunakan kepercayaannya sebagai koping dalam menghadapi kondisi anaknya. Menurut Pargament, et al., (1998) agama memiliki peran penting dalam mengelola stres, karena agama dapat memberikan bimbingan, dukungan, dan harapan. Melalui berdoa dan keyakinan agama dapat membantu seseorang saat mengalami stres kehidupan, karena adanya pengharapan dan kenyamanan (Rammohan, Rao & Subbakrishna, 2002).

Walaupun anak mereka memiliki kekurangan namun para ibu ini tetap mengembangkan kemampuan anak mereka. Berikut pernyataan dari subjek “S” dan “A” yang memiliki anak *Down syndrome*:

“Dia suka berenang. Akhirnya saya ikutin les renang, tapi waktu ketemu anak lain diem aja. Sekarang udah bisa bolak balik dia renangnya. Nah, Ai itu mau coba ngehubungin salah satu mama di POTADS yang anaknya jago renang sering ikut kejuaraan. Nah, siapa tau dia lumayankan kalau ikut lomba-lomba gitu.” (Ibu “S”, 51 tahun, ibu yang memiliki anak *Down syndrome*).

“Sekarang sih kita bisa liat ya, dia punya bakat menari. Dia nari tradisional, jadi di dalem komunitas POTADS itu ada grup tari. Semalem baru aja tampil. Terus kalau diliat-liat ya masak-masak dia ya cepet juga, tapi kita belum terlalu ini.” (Ibu “A”, 49 tahun, ibu yang memiliki anak *Down syndrome*).

“Bersyukur dengan kondisi seperti ini, saya pernah ketemu orang di POTADS dia punya anak dua, yang pertama cerebral palsy dan yang kedua Down syndrome. Didalam komunitas ini bisa melihat anak-anak lain lebih parah bersyukur anak kita masih mending. Dengan ini membukakan mata semua orang bahwa orang-orang dengan

anak berkubutuhan yang menjaga anaknya dengan sepenuh hati itu orangtua yang hebat.” (Ibu “A”, 49 tahun, ibu yang memiliki anak *Down syndrome*).

“Ada anak temen saya yang seperti ini juga, udah gede umurnya belum bisa apa-apa. Bersyukur “F” sudah bisa sendiri walaupun kadang juga harus didampingi.” (Ibu “S”, 51 tahun, ibu yang memiliki anak *Down syndrome*).

Hasil wawancara ini mengungkapkkan bahwa subjek “S” dan subjek “A” membantu anak mereka menemukan sesuatu kegiatan yang disukai oleh anak. Subjek “S” dan subjek “A” juga lebih melihat pada kelebihan anak bukan pada kekurangan anak dan adanya tindakan yang diberikan kepada anak untuk mengembangkan kemampuan anak. Subjek “S” dan subjek “A” juga bersyukur dengan kondisi anak yang sekarang karena banyak diluar sana kondisi anaknya lebih dari kondisi anak-anak mereka. Dengan pernyataan yang dikatakan oleh subjek “S” dan “A” sesuai dengan komponen *Gratitude* menurut Fitzgerald (1998, dalam Emmons & McCullough, 2004: 28) yaitu *A disposition to act*, yaitu kecenderungan untuk bertindak positif untuk memberikan penghargaan dan berkehendak baik pada orang lain, lingkungan dan Tuhan seperti meliputi intensi menolong orang lain, membalas kebaikan orang lain, beribadah, dan sebagainya.

Subjek “S” dan subjek “A” merupakan anggota komunitas POTADS. POTADS adalah Persatuan Orangtua dengan Anak *Down syndrome*. Komunitas POTADS berada pada level nasional dan memiliki cabang di 9 kota. Dengan adanya komunitas ini subjek “S” dan subjek “A” dapat lebih membangun perasaan bersyukur karena mereka dapat melihat kondisi ibu yang lainnya yang memiliki anak *Down syndrome*. Mereka dapat saling memberikan dukungan satu sama lain. Kemudian kedua subjekpun juga merasa bersyukur dengan adanya komunitas POTADS ini mereka dapat melihat bahwa kondisinya yang sekarang ini lebih baik daripada kondisi orang lain. Sesuai dengan pernyataan Adler & Fagley (2005; dalam Setiadi, 2016: 77) bahwa seseorang yang memiliki *Gratitude*, akan lebih mudah memaafkan dan lebih puas dengan hidupnya, lebih banyak merasakan emosi positif dari pada emosi negatif (McCullough, Emmons & Tsang, 2002 dalam Setiadi, 2016: 77).

Menurut Peterson & Seligman (2004: 564) terdapat beberapa faktor yang mendukung munculnya *Gratitude*, yaitu kemampuan untuk melakukan refleksi dan kontemplasi, kemampuan menikmati pengalaman positif, serta

kemampuan untuk melepaskan kepuasan diri, seperti membuat orang lain meraih kesuksesan. Tidak hanya dengan ber-refleksi, ibu yang membantu dan terlibat dalam proses perkembangan anak dapat meningkatkan atau memunculkan perasaan bersyukur atau *Gratitude* dalam dirinya. Misalnya, ibu membantu anak untuk mengembangkan bakat dan minat anak *Down syndrome*. Akhirnya perasaan bersyukur pun dapat bertumbuh pada ibu jika terdapat hal yang disyukuri saat melihat anak berprestasi dan mampu dalam suatu bidang.

Penelitian Ulfasari (2018) dengan judul Hubungan antara kebersyukuran dan kebahagiaan pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus menunjukkan 65 dari 13 subjek memiliki tingkat kebersyukuran yang rendah, sedangkan yang memiliki tingkat kebersyukuran tinggi sebanyak 9 subjek, dan yang sangat tinggi sebanyak 21 subjek. Dapat dilihat bahwa masih terdapat beberapa ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus dengan tingkat kebersyukuran yang rendah. Ibu merasa tidak puas dengan kehadiran anaknya yang berkebutuhan khusus sehingga hal ini dapat menghambat munculnya perasaan bersyukur pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus.

Adapun hal yang dapat menghambat *Gratitude* meliputi persepsi bahwa dirinya adalah korban yang tidak dapat berbuat apa-apa, merasa memiliki hak khusus, terobsesi dengan materi, dan kurangnya refleksi terhadap diri sendiri (Peterson & Seligman, 2004: 564). Dengan itu tidak dapat dipungkiri bahwa orangtua memiliki perasaan tidak berdaya akibat kondisi yang diterima karena tidak sesuai dengan harapan yang diinginkan orangtua dan kurangnya refleksi diri dari orangtua dapat menghambat rasa *Gratitude* pada orangtua.

Berdasarkan pemaparan di atas dapat dilihat, bahwa dengan lahirnya anak *Down syndrome* ke dalam kehidupan keluarga memberikan kesulitan terutama pada ibu yang mengasuh dan merawat. Dengan adanya kesulitan itu, maka ibu juga akan mengalami beban tersendiri dalam melakukan pengasuhan sehingga akan membuat ibu merasa tidak dapat bersyukur karena kondisi anak yang berbeda, namun pada kenyataannya pada data *preliminary* tidak menunjukkan hal itu. Pada kedua subjek peneliti dapat dilihat bahwa ibu dapat menerima kondisi anak apa adanya, sehingga dalam pengasuhan ibu membantu anak untuk mengembangkan potensi yang dimiliki anak tanpa mengharapkan imbalan dari apa yang dilakukan dan ibu juga dapat menghantarkan anaknya memiliki kemampuan yang berkembang optimal. Hal ini didasari oleh rasa syukur atau *Gratitude* yang dimiliki ibu. Jika salah satu orangtua dari anak berkebutuhan khusus memiliki tingkat syukur yang tinggi cenderung memiliki kebahagiaan yang tinggi sehingga

lebih puas diri dan optimis dibandingkan dengan individu yang tidak bersyukur. Selain itu rasa bersyukur yang tinggi akan memunculkan emosi yang positif yang selanjutnya memunculkan evaluasi diri yang positif (Wood, Joseph & Maltby; dalam Ratnayanti & Wahyuningrum, 2016: 6).

Beberapa penelitian juga menyebutkan bahwa *Gratitude* adalah salah satu bentuk dari emosi positif. Adanya emosi positif ini penting, sebagai *protective factor* agar individu menjadi pribadi yang resilien dalam melampaui kondisi yang penuh tekanan (Tugade & Frederickson, 2004; Tugade, Fredrickson & Barrett, 2004; Ong, Bergeman, Bisconti & Wallace, 2006 dalam Setiadi, 2016: 18). Dengan begitu, jika orangtua dari anak berkebutuhan khusus yang memiliki *Gratitude* akan dapat merawat dan mengasuh anaknya tanpa merasa tertekan. Namun, jika orangtua memiliki *Gratitude* yang rendah tidak akan bisa memberikan perawatan dan pengasuhan yang optimal terhadap anaknya. Dengan demikian, *Gratitude* ini menjadi hal yang penting dalam proses merawat dan mengasuh anak berkebutuhan khusus.

Oleh karena itu, dengan melihat fenomena-fenomena di atas, peneliti ingin mengkaji lebih lanjut mengenai proses munculnya perasaan *Gratitude* pada ibu yang memiliki anak *Down syndrome* serta faktor-faktor yang mempengaruhinya dan juga dapat dilihat bahwa masih terdapat ibu yang belum memiliki *Gratitude* sehingga dengan demikian penelitian ini dirasa penting untuk dilakukan. Penelitian ini berbeda dengan penelitian yang lainnya karena penelitian ini jarang dilakukan dan disini peneliti akan mengkaji secara kualitatif sehingga dapat melihat lebih lanjut. Penelitian ini pun penting untuk dilakukan karena *Gratitude* dapat membuat ibu yang memiliki anak *Down syndrome* melihat ke arah yang lebih positif daripada hal-hal yang negatif. Penelitian ini juga dapat dijadikan dasar atau acuan bagi ibu atau orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus maupun anak *Down syndrome*.

1.2. Fokus Penelitian

Bagaimana dinamika *Gratitude* pada ibu yang memiliki anak *Down syndrome*?

1.3. Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui dinamika *Gratitude* pada ibu yang memiliki anak *Down syndrome*.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

Diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi perkembangan teori psikologi perkembangan dan psikologi positif terkait dengan *Gratitude* pada ibu yang memiliki anak *Down syndrome*.

1.4.2. Manfaat Praktis

1. Bagi informan penelitian

Diharapkan dapat memberikan informasi dan dinamika terkait *Gratitude* yang dimiliki oleh orangtua selama memiliki anak *Down syndrome*.

2. Bagi komunitas POTADS

Diharapkan dapat memberikan informasi terkait pentingnya *Gratitude* dalam kehidupan orangtua, sehingga dapat memberikan pengasuhan dan perawatan optimal kepada anak dan dapat membantu ibu yang memiliki anak *Down syndrome* agar dapat membentuk rasa *Gratitude* pada anaknya.

3. Bagi Masyarakat

Diharapkan dapat memberikan informasi baru terkait bagaimana proses kehidupan orangtua yang mengasuh anak *Down syndrome*, khususnya terkait akan *Gratitude* yang dirasakan oleh orangtua. Selain itu juga dapat memberikan informasi terkait pengetahuan yang sebaiknya dimiliki orangtua maupun masyarakat sekitar dalam hal penanganan anak berkebutuhan khusus, salah satunya respon yang tepat untuk anak *Down syndrome*.

5. Bagi Sekolah

Diharapkan dengan adanya penelitian ini, sekolah anak berkebutuhan khusus dapat membantu orangtua untuk menumbuhkan atau mengembangkan *Gratitude* yang dimilikinya.

6. Bagi Lembaga masyarakat atau lembaga yang menangani anak berkebutuhan khusus terutama *Down syndrome*

Diharapkan dapat menjadi referensi pengasuhan dan perawatan yang bisa diterapkan dalam lembaga yang bekerja dengan anak kondisi *Down syndrome* dan untuk membantu mengembangkan keterampilan pada anak *Down syndrome*.