

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Menjadi seorang ibu adalah suatu kewajiban yang dilakukan oleh wanita yang telah dikaruniai anak. Anak merupakan suatu anugrah dari Sang Pencipta yang dititipkan pada orang tua. Setiap ibu pasti menginginkan anaknya terlahir sempurna tanpa kurang suatu apapun. Ibu memiliki harapan bahwa kelak anak yang dilahirkannya akan tumbuh menjadi anak yang sehat, baik secara fisik maupun psikis. Namun pada kenyataannya tidak semua harapan itu dapat terkabul. Seorang ibu harus menghadapi kenyataan bahwa anak yang dimilikinya memiliki kondisi yang berbeda dengan anak normal lainnya. Namun demikian, ibu harus tetap menerimanya dengan lapang dada.

Desiningrum (2016) mengartikan bahwa anak berkebutuhan khusus adalah anak yang memerlukan penanganan khusus karena adanya gangguan perkembangan dan kelainan yang dialami anak. Menurut data Kemenkes RI(2014), merupakan hal yang umum anak berumur 24-59 bulan mengalami kecacatan. Kecacatan disini termasuk pada anak berkebutuhan khusus seperti tuna netra, tuna wicara, tuna daksa, tuna rungu, *down syndrom* dan bibir sumbing). Berdasarkan data Riskesdas (Kemenkes RI, 2014), pada tahun 2013 sebesar 0,07% anak berumur 24-

59 bulan memiliki kecenderungan untuk mengalami cacat pendengaran atau tuna rungu.

Tuna rungu adalah orang yang kehilangan pendengaran baik sebagian (*hard of hearing*) maupun seluruhnya (*deaf*) yang menyebabkan pendengarannya tidak memiliki nilai fungsional di dalam kehidupan sehari-hari (Somantri,2007). Kelahiran anak tuna rungu dapat mengakibatkan pupusnya harapan ibu untuk melahirkan anak yang sehat jasmani dan rohani. Hal tersebut dapat menjadi salah satu sumber kesedihan bagi seorang ibu. Sejalan dengan pendapat Mangunsong (dalam Perdana & Dewi, 2015) kelahiran seorang anak dengan keterbatasan tertentu akan menimbulkan kekecewaan pada orangtua.

Merupakan suatu tantangan tersendiri bagi ibu untuk merawat anak tuna rungu. Menurut Cohen & Volkmar, ibu merupakan sosok yang paling dekat dengan anak (Na'imah, Nur'aeni, & Septiningsih, 2017). Terlebih lagi menurut Knoer & Haditono (dalam Na'imah, Nur'aeni, & Septiningsih, 2017) sosok ibu lebih sering menangani situasi-situasi yang tidak menyenangkan, seperti terganggunya hubungan sosial anak, gangguan perkembangan dalam komunikasi dan lain sebagainya. Dari pendapat ahli tersebut maka dapat disimpulkan bahwa peran ibu sangat besar dalam pengasuhan anak sehari-hari.

Somantri (2007) berpendapat bahwa secara umum anak tuna rungu mengalami perkembangan kognitif, sosial, dan emosional yang terganggu. Hal tersebut disebabkan oleh keterbatasan tingkat kemampuan berbahasa.

Seorang ibu diwajibkan dapat melakukan pemenuhan kebutuhan yang diperlukan oleh anak runtu agar dapat memenuhi tugas perkembangannya dengan baik dikarenakan anak tuna runtu memerlukan perhatian dan pengasuhan khusus dari kedua orang tua dibandingkan dengan anak-anak pada umumnya. Dengan berbagai masalah diatas, ibu dengan anak tuna runtu memiliki banyak tekanan dalam menjalani kehidupannya sehari-hari. Hal tersebut dapat mempengaruhi tingkat *happiness* (kebahagiaan) ibu dalam hidupnya.

Carr (2004) mengartikan kebahagiaan sebagai suatu kondisi psikologis positif yang ditandai dengan tingginya tingkat kepuasan hidup yang dapat terlihat dari banyaknya pengaruh positif dan sedikitnya pengaruh negatif dalam hidup. Seligman (2002) menyatakan bahwa kebahagiaan itu sendiri dapat dipengaruhi oleh faktor eksternal dan faktor internal. Faktor eksternal antara lain uang, pernikahan, kehidupan sosial, produktifitas kerja, pendidikan, iklim, ras dan gender. Sementara faktor internal diantaranya yaitu agama, kesehatan, keadaan emosi, usia dan kepuasan hidup. Menurut Ryff (dalam Oetami & Yuniarti, 2011) *happiness* adalah cita-cita tertinggi yang selalu ingin dicapai oleh manusia. Maka dari itu kebahagiaan sangat penting untuk dimiliki oleh setiap orang, termasuk ibudengan anak tuna runtu.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 5 Oktober 2018 dengan ibu berinisial K. Didapat bahwa subjek terkadang masih merasa *nelangsa* dengan keadaan anak subjek. Subjek merasa sedih

jika anak subjek dijauhi oleh teman-temannya dirumah. Subjek juga merasa tidak terima bila tetangga subjek melarang anak subjek untuk bermain bersama anak normal lainnya.

Wawancara kedua dilakukan pada tanggal 11 Oktober 2018 dengan ibu yang berinisial E. Subjek sudah menerima keadaan anak subjek apa adanya. Namun dalam keseharian, subjek merasa bahwa mengasuh anak tuna rungu sangat berat dan membutuhkan banyak perhatian dan kasih sayang untuk anak. Subjek merasa stress dan sering memarahi anak saat mengasuh sehari-hari. Terlebih lagi subjek mengaku jarang bersosialisasi dengan teman-teman subjek dirumah dikarenakan harus mengasuh anak. Namun subjek mengaku sering menunggui anak bersekolah bersama para ibu di SLB B Purwokerto dan saling berbagi cerita tentang kehidupan masing-masing

Wawancara ketiga dilakukan pada tanggal 12 Oktober 2018 dengan ibu yang berinisial M. Subjek sudah menerima keadaan anak subjek apa adanya dan subjek berusaha untuk melatih pendengaran anak subjek dikarenakan anak subjek sebenarnya masih bisa mendengar apabila menggunakan alat bantu dengar. Subjek bercerita bahwa dahulu anak subjek pernah bersekolah di sekolah umum. Namun karena anak subjek tidak memiliki teman, maka subjek memindahkan anak subjek di SLB B Yakut Purwokerto. Setiap hari subjek berusaha untuk mengajarkan kata baru untuk anak subjek. Jika subjek merasa stress dengan anak subjek maka subjek akan mengunci kamar dan berusaha menenangkan diri.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan, ibu dengan anak tuna rungu lebih rentan untuk mengalami emosi negatif. Seligman (2002) menyatakan bahwa untuk mendapatkan kebahagiaan maka terdapat aspek-aspek yang wajib dipenuhi, salah satu dari aspek tersebut adalah terjalinnya hubungan positif dengan orang lain. Dalam salah satu hasil wawancara yang telah dilaksanakan didapat bahwa ibu memiliki hubungan yang kurang baik dengan tetangganya. Jika salah satu aspek *happiness* tidak terpenuhi maka hal tersebut akan mempengaruhi tingkat *happiness* pada ibu dengan anak tuna rungu.

Dalam menghadapi anak tuna rungu, orang tua dapat memunculkan berbagai reaksi seperti, rasa bersalah, kecewa, malu menghadapi kenyataan, atau menerima kondisi anak tersebut (Somantri, 2007). Di dalam hasil wawancara yang telah dilaksanakan, emosi negatif ditemukan dalam bentuk stress, *nelangsa*, dan sedih. Untuk menghadapi berbagai masalah dalam pengasuhan anak tuna rungu, dibutuhkan kepribadian tangguh (*hardiness*) agar dapat meminimalisir hadirnya emosi-emosi negatif yang ditimbulkan dalam pengasuhan anak tuna rungu. Ditemukan salah satu aspek *hardiness* pada hasil wawancara pada ibu dengan anak tuna rungu di SLB B Yakut Purwokerto yakni *challenge*. Menurut Maddi (2013), *challenge* diartikan sebagai perilaku tidak menyerah ketika dihadapkan pada suatu masalah, yang mana pada hasil wawancara adalah perihal sekolah yang kurang sesuai dengan kebutuhan anak.

Hardiness merupakan kemampuan seseorang untuk lebih tahan terhadap efek negatif dari stress dan secara efektif dapat beradaptasi di lingkungan yang penuh dengan tuntutan (Eschleman & Bowling, 2010). Lebih spesifiknya, seseorang yang memiliki kepribadian *hardiness* memiliki komitmen dan keterikatan terhadap aspek-aspek kehidupan diantaranya adalah keluarga, teman dan pekerjaan. Orang dengan kepribadian *hardiness* percaya bahwa mereka dapat mengendalikan apa yang terjadi dalam hidupnya dan mereka berkecenderungan untuk memandang situasi sulit sebagai tantangan, bukan sebagai ancaman.

Hardiness dapat mengurangi adanya emosi-emosi negatif dalam diri. Semakin tinggi tingkat *hardiness* seseorang maka semakin rendah tingkat kecemasan, amarah dan emosi buruk yang ada dalam diri (Eschleman & Bowling, 2010). *Hardiness* juga berhubungan positif dengan sifat-sifat yang mampu menahan efek stressor negatif (Kardum, Knežević, & Krapić, 2012). Terlebih lagi *hardiness* memiliki hubungan negatif dengan stressor yang dialami oleh seseorang dalam hidupnya. Sejalan dengan hasil penelitian (Fitriani & Ambarini, 2013) bahwa *hardiness* dapat menurunkan tingkat stress pengasuhan secara signifikan pada ibu yang memiliki anak autis. Dalam penelitian Eschleman & Bowling (2010) *hardiness* memiliki hubungan positif dengan variabel *psychological well-being* yang mana diantaranya adalah kepuasan hidup, *engagement*, *quality of life* dan *happiness*.

Selain *hardiness*, kemampuan yang sangat dibutuhkan oleh ibu dengan anak tuna rungu adalah penerimaan diri yang baik (Wijayanti, 2015) Dengan penerimaan diri yang baik, seseorang dapat lebih memahami keadaan dalam diri, sehingga dapat menyadari potensi-potensi yang ada pada diri. Penerimaan diri yang baik juga dapat membuat seseorang berdamai dengan diri sendiri yang dapat membuat seseorang lebih tenang dalam menghadapi berbagai problematika kehidupan. Maka dari itu penerimaan diri yang baik dibutuhkan oleh ibu dengan anak berkebutuhan khusus. Salah satu konsep psikologi yang berkaitan dengan penerimaan diri adalah *self-compassion*. Berdasarkan hasil wawancara pada ibu dengan anak tuna rungu di SLB B Yakut Purwokerto, ditemukan salah satu aspek *self-compassion* yaitu *common humanity* (Neff, 2018). Pada hasil wawancara disebutkan bahwa para ibu saling berbagi cerita tentang kehidupan masing-masing, yang menimbulkan rasa bahwa para ibu tidak sendiri dalam menghadapi masalah yang dialami.

Menurut Germer (dalam Kristiana, 2017) *self-compassion* merupakan salah satu bentuk penerimaan diri manusia terhadap segala peristiwa yang terjadi dalam hidupnya secara kognitif maupun afektif. Sementara Neff (Bluth, et al., 2016) menyatakan bahwa *self-compassion* adalah sikap baik terhadap diri sendiri ketika dihadapkan pada kesulitan dan menyadari bahwa kesulitan tersebut merupakan suatu hal yang wajar dalam kehidupan. Berarti, *self-compassion* merupakan sikap menerima keadaan diri baik dikala susah maupun senang, dan menyadari

bahwa permasalahan merupakan hal yang manusiawi dan dialami oleh setiap orang.

Penelitian yang dilakukan oleh Zessin, Dickhäuser, & Garbade, (2015) menyatakan bahwa subjek perempuan memperkuat hubungan *self-compassion* dengan *well-being*. Selain itu semakin tua umur subjek maka semakin kuat hubungan antara *self-compassion* dan *well-being*. Penelitian mereka mengungkapkan bahwa *self-compassion* memiliki hubungan yang terkuat dengan *psychological well-being* dan memiliki hubungan dengan *positive affective well-being*.

Self-compassion terbukti dapat meningkatkan *subjective-wellbeing* pada orang dewasa (Wei, Liao, Ku, & Shaffer, 2011). Menurut pendapat Lupien & Pine, meningkatkan *self-compassion* bermanfaat untuk menjaga emosi negatif yang dapat menyebabkan problematika psikologis dan kognitif yang berkepanjangan (Bluth, et al., 2016). Oleh karena itu peneliti ingin mengkaji pengaruh *hardiness* dan *self-compassion* terhadap *happiness* pada ibu dengan anak tuna rungu di SLB B Yakut Purwokerto.

B. Rumusan Masalah

Apakah ada pengaruh *hardiness* dan *self-compassion* terhadap *happiness* pada ibu dengan anak tuna rungu di SLB B Yakut Purwokerto?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menguji adanya pengaruh *hardiness* dan *self-compassion* terhadap *happiness* pada ibu dengan anak tuna rungu di SLB B Yakut Purwokerto

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat memberi sumbangan sekaligus mengembangkan ilmu psikologi terutama dalam bidang psikologi sosial. Penelitian ini juga dapat memberikan pemahaman tentang pengaruh *hardiness* dan *self-compassion* terhadap *happiness* pada ibu dengan anak tuna rungu di SLB B Yakut Purwokerto.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini memberi sumbangan bagi pihak sekolah dan ibu dalam memberikan informasi tingkat kebahagiaanibu dengan anak tuna rungu di SLB B Yakut Purwokerto. Penelitian ini juga dapat bermanfaat bagi pihak orang tua sebagai salah satu cara untuk meningkatkan kebahagiaan orang tua dalam menghadapi anak tuna rungu. Namun tidak menutup kemungkinan penelitian ini untuk dapat diterapkan pada khalayak umum yang ingin meningkatkan taraf kebahagiaannya dengan cara meningkatkan *self-compassion* dan *hardiness* dalam diri individu.