

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dalam sebuah pernikahan, kelahiran seorang anak dianggap sebagai anugerah dari Tuhan Yang Maha Esa yang selalu didambakan oleh pasangan suami istri demi melengkapi kehidupan keluarga. Kehadiran anak diyakini memperkuat ikatan kasih sayang di antara pasangan, karena anak merupakan hasil cinta mereka. Setiap orangtua selalu berharap agar anaknya sebagai penerus yang lebih baik dari orangtuanya.

Pada umumnya orangtua mengharapkan anaknya dilahirkan dalam kondisi baik dan sempurna. Orangtua mendambakan memiliki anak yang sehat, baik secara jasmani maupun rohani. Namun, dalam realitasnya tidak semua orangtua dikaruniai anak yang lahir dan berkembang dengan normal. Banyak anak yang mengalami hambatan dalam perkembangan fisik, sosial, mental, atau kognitif sehingga membutuhkan perhatian dan perlakuan khusus. Anak dengan kebutuhan khusus bisa lahir di keluarga mana saja tanpa memandang status sosial, ekonomi, ataupun tingkat pendidikan.

Menurut Kemenkes (2023), anak berkebutuhan khusus (ABK) diartikan sebagai individu yang mempunyai karakteristik yang berbeda dari individu lainnya yang dipandang normal oleh masyarakat pada umumnya. Secara lebih khusus anak berkebutuhan khusus menunjukkan karakteristik fisik, intelektual, dan emosional yang lebih rendah atau lebih tinggi dari anak normal sebayanya atau berada di luar

standar normal yang berlaku di masyarakat, sehingga mengalami kesulitan meraih sukses baik dari segi sosial, personal, maupun aktivitas pendidikan.

Anak berkebutuhan khusus memiliki tipe yang beragam sesuai dengan hambatan yang dialaminya, baik yang telah ada dari lahir maupun akibat kecelakaan selama masa tumbuh kembang anak. Menurut Kauffman dan Hallahan (dalam Chandra & Tambun, 2021) tipe-tipe dari anak berkebutuhan khusus salah satunya adalah tunagrahita (retardasi mental). Menurut Desiningrum (2016) tunagrahita merupakan istilah yang digunakan untuk menyebut anak yang mempunyai kemampuan intelektual di bawah rata-rata. Istilah lain untuk tunagrahita ialah sebutan untuk anak yang *hendaya* atau penurunan kemampuan atau berkurangnya kemampuan dalam segi kekuatan, nilai, kualitas, dan kuantitas.

Desiningrum (2016) menjelaskan secara umum pengertian tunagrahita ialah anak berkebutuhan khusus yang memiliki keterbelakangan dalam intelegensi, fisik, emosial, dan sosial yang membutuhkan perlakuan khusus supaya dapat berkembang pada kemampuan yang maksimal. Salah satu definisi para ahli yang dikemukakan oleh AAMD (*American Association of Mental Deficiency*) menyebutkan, ketunagrahitaan mengacu pada fungsi intelektual umum yang secara nyata berada di bawah rata-rata (normal) bersamaan dengan kekurangan dalam tingkah laku penyesuaian diri dan semua ini berlangsung pada masa perkembangannya.

Secara umum menurut Page (dalam Desiningrum, 2016) karakteristik anak tunagrahita dicirikan dalam hal kecerdasan, sosial, fungsi mental, dorongan dan emosi serta kepribadian dan kemampuan organisasi. Menurut Maranata, dkk. (2023) banyak faktor yang menjadi penyebab anak tunagrahita. Keadaan ini bisa terjadi karena faktor yang ada pada tahap konsepsi, kehamilan, saat kelahiran,

maupun setelah kelahiran anak. Faktor lain yang mungkin mempengaruhi adalah genetis atau keturunan dan faktor lingkungan ketika si ibu hamil dan melahirkan.

Faktor-faktor diatas membuat seorang ibu pada saat mengandung memiliki harapan positif mengenai anak yang akan dilahirkan. Kenyataannya melahirkan anak dengan karakteristik berkebutuhan khusus tentu menjadi pukulan bagi seorang ibu, akan ada dinamika yang berubah dalam keluarga yang kemudian dapat memicu reaksi emosional. Menurut Kusumah, dkk. (2022) beberapa reaksi emosional tersebut antara lain shock, penyangkalan dan merasa tidak percaya, sedih, perasaan terlalu melindungi atau kecemasan, perasaan menolak keadaan, perasaan tidak mampu dan malu, perasaan marah, serta bersalah, dan berdosa atas apa yang terjadi pada anaknya.

Menurut Heimann (dalam Dapa, dkk. 2024) banyak ibu yang mengalami perasaan frustrasi dan ketidakpuasan, beberapa bahkan mengalami tingkat stres, kemarahan, perasaan bersalah, dan bahkan depresi ketika menghadapi krisis semacam ini. Hal yang sama menurut Amin dan Dwidjosumarto (dalam Chandra & Tambun, 2021) ibu yang memiliki anak tunagrahita biasanya merasa tidak bahagia mempunyai anak yang berkelainan, bahkan tidak sedikit orang tua merasa malu mempunyai anak berkelainan, sehingga ada sementara orang tua yang justru menyembunyikan anak supaya tidak menjadi perhatian orang lain.

Chandra dan Tambun (2021) memaparkan bahwa ibu dari anak tunagrahita memiliki kondisi khusus yang tidak dialami para ibu yang memiliki anak dengan kondisi normal. Dengan keadaan seperti itu maka menjadi hal yang penting bagi seorang ibu dari anak tunagrahita untuk memiliki kemampuan menghibur diri, terbuka, memberikan pemahaman dan kehangatan terhadap diri sendiri agar tetap

positif dalam menghadapi situasi hidup yang baik maupun buruk dalam merawat dan mendampingi anak tunagrahita.

Menurut Neff (dalam Effendy, dkk. 2021) *self-compassion* adalah belas kasih terhadap diri sendiri. Apabila biasanya individu mengenali dan tergerak dengan penderitaan orang lain, maka *self-compassion* berarti individu peduli dan memahami penderitaannya sendiri lalu tergerak untuk mengurangi penderitaan tersebut atau menolong dirinya. Terdapat tiga komponen penting dalam *self-compassion* yakni *self-kindness*, *common humanity*, dan *mindfulness*. Sementara itu, Germer (dalam Hidayati, 2015) menjelaskan *self-compassion* sebagai kesediaan diri untuk tersentuh dan terbuka kesadarannya saat mengalami penderitaan dan tidak menghindari penderitaan.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Kusumah, dkk. (2022) di Kecamatan Jagakarsa, menyebutkan bahwa *self-compassion* pada orang tua anak berkebutuhan khusus berada dalam kategori sedang atau cukup baik yaitu sebanyak 80 orang atau sebesar 72,73%, disusul dengan kategori tinggi sebanyak 14 orang atau sebesar 19,46%, dan kategori rendah sebanyak 16 orang atau sebesar 7,81%. Selanjutnya berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Ayutrisna (2023) di Kota Mojokerto, menunjukkan hampir setengah dari responden yang mempunyai *self-compassion* tinggi yaitu 16 dari 33 orang atau sebesar 48,7%.

Berdasarkan wawancara yang peneliti lakukan pada tanggal 7 Desember 2024 dengan salah satu guru di Yayasan Pendidikan Prima Setia Ayah Bunda SLB C Kota Payakumbuh didapat keterangan bahwa permasalahan ibu yang memiliki anak tunagrahita di sekolah ini beragam. Diantaranya masih ada beberapa ibu yang kurang peduli dengan kegiatan sekolah anak, hal ini terlihat dari beberapa ibu yang

membiarkan anaknya tidak datang ke sekolah selama sehari-hari tanpa memberikan informasi yang jelas. Ketika ada kegiatan sekolah yang melibatkan keaktifan dan interaksi langsung dengan orangtua, beberapa ibu justru tidak mengindahkan dan jarang ikut serta dalam kegiatan tersebut. Para ibu juga kurang peduli dengan pendidikan dan proses pembelajaran anak-anaknya di rumah, misalkan ada ibu yang tidak pernah mengulangi materi yang dipelajari anak, sehingga pada saat ujian anak tidak dapat menjawab pertanyaan, nilainya bermasalah dan guru harus mengajarkan kembali dari awal.

Selanjutnya peneliti melakukan wawancara pada tanggal 11 Desember 2024 dengan ibu yang memiliki anak tunagrahita di Yayasan Pendidikan Prima Setia Ayah Ibu SLB C Kota Payakumbuh. Berdasarkan wawancara yang dilakukan, diperoleh keterangan bahwa ada ibu yang sulit untuk menerima keadaan anaknya dan subjek juga mengatakan bahwa ketika melihat anak normal, timbul perasaan menyalahkan diri sendiri terhadap situasi yang dialami anaknya. Beberapa ibu mengatakan bahwa tidak ada orang lain yang dapat memahami kesulitan dan beratnya tantangan mereka ketika membesarkan, merawat, serta menjaga anak tunagrahita. Selain itu, ada ibu yang merasa malu dan terkadang enggan membawa anaknya keluar rumah atau ke tempat ramai karena takut menjadi bahan candaan dan tertawaan bagi orang lain. Selanjutnya, salah satu ibu juga mengatakan bahwa terkadang lelah merawat anaknya dan timbul pikiran kalau subjek tidak akan dapat menerima serta menyesal dengan kenyataan anaknya.

Penelitian tentang “Gambaran *Self-Compassion* Pada Ibu yang Memiliki Anak Tunagrahita” pernah diteliti oleh Andy Chandra dan Laura Tambun, pada tahun 2021 dengan judul gambaran *self-compassion* pada ibu yang memiliki anak

tunagrahita di Yayasan Pembina Anak Cacat Medan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari 61 ibu memiliki anak tunagrahita yang diteliti, komponen tertinggi dengan jumlah 30 orang memiliki *self-kindness* yang tinggi, komponen kedua dengan jumlah 19 orang memiliki *mindfulness* yang tinggi, dan komponen terakhir dengan jumlah 10 orang memiliki *common humanity* yang tinggi. Dilihat dari hasil diatas, maka menunjukkan bahwa 59 dari 61 ibu yang memiliki anak tunagrahita di Yayasan Pembina Anak Cacat Medan memiliki *self-compassion* yang baik. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mauna dan Savira, pada tahun 2019 dengan judul hubungan keterlibatan ibu terhadap *self-compassion* ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus dan menyatakan hasil bahwa keterlibatan ibu dalam merawat anak tunagrahita menunjukkan *self-compassion* yang tinggi.

Penelitian selanjutnya diteliti oleh Aldjon Nixon Dapa, Anton Harefa, dan Melkian Naharia, pada tahun 2024 dengan judul *self-compassion* pada ibu yang memiliki anak *disleksia* di Kota Bitung. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kedua informan mampu menunjukkan tingkat *self-kindness* yang tinggi dengan menghentikan penilaian dan penghakiman terhadap diri sendiri. Informan juga mampu memandang kesulitan sebagai bagian dari pengalaman hidup manusia secara umum, bukan hanya sebagai masalah pribadi. Informasi yang diberikan oleh informan juga konsisten dengan konsep *mindfulness*, dimana mereka memahami dan menerima pengalaman yang mereka hadapi dengan jelas dan seimbang. Perbedaan penelitian yang akan peneliti lakukan dengan peneliti sebelumnya terletak pada tahun dilakukannya penelitian, sampel penelitian, serta tempat dilakukannya penelitian.

Berdasarkan uraian yang telah dijabarkan di atas, maka peneliti ingin menggambarkan secara deskriptif kuantitatif mengenai *self-compassion* ibu yang memiliki anak tunagrahita. Untuk itu, peneliti melakukan penelitian dengan judul “Gambaran *Self-Compassion* Pada Ibu yang Memiliki Anak Tunagrahita di Yayasan Pendidikan Prima Setia Ayah Bunda SLB C Kota Payakumbuh”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah yang peneliti tetapkan adalah bagaimana gambaran *self-compassion* pada ibu yang memiliki anak tunagrahita di Yayasan Pendidikan Prima Setia Ayah Bunda SLB C Kota Payakumbuh?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan uraian yang terdapat dalam rumusan masalah di atas, maka tujuan diadakan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran *self-compassion* pada ibu yang memiliki anak tunagrahita di Yayasan Pendidikan Prima Setia Ayah Bunda SLB C Kota Payakumbuh.

D. Manfaat penelitian

Adapun manfaat yang di harapkan dari hasil penelitian ini nantinya adalah:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya dan memberikan sumbangsih bagi ilmu psikologi terkhususnya bidang psikologi klinis yang berkaitan

dengan variabel *self-compassion* sehingga menambah dan mengembangkan wawasan serta ilmu pengetahuan bagi penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Subjek

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai masukan dan tambahan ilmu bagi ibu-ibu yang memiliki anak tunagrahita terkait dengan *self-compassion*.

b. Bagi Instansi

Penelitian ini diharapkan mampu menambah informasi bagi pihak Yayasan Pendidikan Prima Setia Ayah Bunda SLB C Kota Payakumbuh terkait *self-compassion* yang dimiliki oleh orangtua anak.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian diharapkan dapat menambah informasi dan wawasan bagi para peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti *self-compassion* ibu yang memiliki anak tunagrahita.