

GAMBARAN RESILIENSI IBU YANG MEMILIKI ANAK AUTIS DI TAMAN PELATIHAN HARAPAN MAKASSAR

Beatrix Edyta

Fakultas Psikologi Universitas Indonesia Timur Makassar
Jalan Rappocini Raya No 77 Makassar, Sulawesi Selatan
Telepon: 082343973289, E-mail: beatrixedyta29@yahoo.com

Eka Damayanti

Jurusan Pendidikan Biologi Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan,
UIN Alauddin Makassar, Kampus II Jl. H. M. Yasin Limpo No 36,
Samata-Gowa, Sulawesi Selatan 92118,
Telp: (0411) 424835, E-mail: eka.damayanti@uin-alauddin.ac.id

Abstrak

Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif yang bertujuan untuk mengetahui gambaran resiliensi ibu yang memiliki anak autis. Resiliensi dalam penelitian ini dipahami sebagai suatu kemampuan yang dimiliki oleh seorang ibu untuk bangkit dari kondisi yang tidak menyenangkan dan tetap bertahan dalam menghadapi berbagai kesulitan hidup. Subyek dalam penelitian ini berjumlah tiga orang ibu di Taman Pelatihan Harapan yang memiliki anak bungsu yang autis. Pengumpulan data dilakukan dengan observasi dan wawancara.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketiga subjek mengalami dinamika yang berbeda di masing-masing aspek resiliensi (pengendalian emosi, pengendalian dorongan, optimis, analisis penyebab masalah, empati, efikasi diri, dan peningkatan aspek positif). Ketiga subyek terkejut, terpuruk, dan tidak menyangka anak mereka akan mengalami gangguan autis. Namun mereka mampu menerima kondisi dan mampu bangkit kembali serta selalu berpikir positif kelak anak mereka akan menjadi lebih baik. Mereka merasa yakin dapat memberikan yang terbaik untuk anaknya dengan tetap berusaha mencari tahu dan meningkatkan keterampilan mereka dalam menangani anaknya, serta ikut terlibat dalam proses terapi. Dari ketiga subjek, salah satunya mampu untuk menganalisis penyebab dari gangguan yang dimiliki sehingga ia tidak menyalakan dirinya dan orang lain atas gangguan yang dialami oleh anaknya. Selain itu, salah satu faktor yang mendukung individu untuk menjadi resilien adalah faktor religiusitas. Hal ini ditunjukkan oleh ketiga subyek yang selalu berserah kepada Allah SWT serta rasa syukur yang dapat membuat mereka bangkit dari keterpurukan.

Kata kunci: Resiliensi, ibu yang memiliki anak autis

Abstract

This research is a qualitative research that aims to reveal the resilience of mothers of children with autism. Resilience in this study is understood as a capability that is owned by a mother to rise from unpleasant conditions and survive in the face of life's difficulties. Subjects in this study were three mothers in the Taman Pelatihan Harapan youngest child who has autism. Data collected by

observation and interview.

The results showed that all three subjects experienced different dynamics in each aspect of resilience (emotional control, impulse control, optimistic, analysis of the causes of the problem, empathy, self-efficacy, and increase the positive aspects). Three subjects were surprised, slumped, and did not think their child will have autism disorders. But they are able to accept the conditions and able to bounce back and always think positive future their children will be better. They feel confident to provide the best for his son while trying to figure out and improve their skills in dealing with children, as well as involved in the therapeutic process. Of the three subjects, one of which is able to analyze the causes of the disorder owned so he did not turn himself and others for any inconvenience experienced by children. In addition, one of the factors that support individuals to become resilient is a factor of religiosity. This is shown by the three subjects that always surrender to Allah SWT and gratitude that can make them rise from adversity.

Keywords: *Resilience, mothers of children with autism*

PENDAHULUAN

Setiap keluarga mendambakan kehadiran seorang anak yang sehat dengan tumbuh kembang normal. Pada kenyataannya, tidak semua orang tua dikarunia anak dengan keadaan normal. Anak yang dilahirkan dengan gangguan tertentu seperti gangguan fisik atau biologis, perkembangannya dapat terganggu karena keterbatasan yang dimilikinya. Dengan adanya keterbatasan pada suatu aspek, seorang anak akan membutuhkan usaha yang lebih keras dalam melakukan tugasnya, sehingga dapat saja tertinggal jika dibandingkan anak dengan normal.

Salah satu contoh anak yang mengalami *special need* atau anak berkebutuhan khusus yang mengalami hambatan dalam berperilaku, adalah anak autis. Menurut Hasdianah (2013) *autistik* berarti gangguan perkembangan yang secara signifikan mempengaruhi komunikasi verbal dan nonverbal serta interaksi sosial yang pada umumnya terjadi sebelum 3 tahun, dan dengan keadaan ini sangat mempengaruhi performa pendidikannya. Karakteristik lain yang sering diasosiasikan dengan autis adalah ketertarikan dalam aktivitas yang diulang-ulang dan gerakan-gerakan stereotip, menolak perubahan lingkungan atau perubahan rutinitas sehari-hari serta tidak bisa merespon pengalaman-pengalaman sensorik.

Setiap orang tua akan mengalami berbagai macam perasaan seperti merasa sedih, kaget, terkejut bahkan mengalami stres pada saat mengetahui bahwa anaknya mengalami gangguan autis. Menurut Hartuti dan Mangunsong (2009), orang tua dengan anak berkebutuhan khusus mengalami tiga tahapan reaksi dalam menghadapi keadaan anaknya. Pertama, perasaan *shock*, mengalami goncangan batin, terkejut dan tidak mempercayai kenyataan yang dialami anaknya. Kedua, orang tua akan merasa kecewa, sedih dan mungkin merasa marah ketika mereka mengetahui realitas yang harus dihadapi. Pada tahap ketiga, terjadi tahap penerimaan dan orang tua mulai bisa menyesuaikan diri dengan keadaan anaknya.

Menurut Pottie (dalam Mumun, 2010), apabila keadaan yang menimbulkan tekanan tidak dapat ditangani orang tua dengan baik, maka akan mengganggu aktivitas mereka sehari-hari, orang tua diharapkan dapat beradaptasi dengan tekanan yang dihadapinya sehingga mereka tetap dapat beraktivitas dengan baik. Mereka lebih tinggi level stresnya, berbagai gejala emosi muncul dalam diri orang tua bahkan sampai mengganggu kondisi fisiknya. Hal ini disebabkan orang tua menghabiskan waktu yang lebih secara signifikan dalam memberikan pengasuhan anak.

Anak *autis* memang membutuhkan penanganan khusus sehingga peran orang tua akan dilibatkan secara optimal. Untuk mendapatkan peran orang tua yang optimal maka dibutuhkan penerimaan diri dan ketahanan yang lebih dari orang tua seperti resiliensi supaya anaknya dapat tumbuh dan berkembang dengan baik.

Perkembangan resiliensi dalam kehidupan akan membuat individu mampu mengatasi stres, trauma dan masalah lainnya dalam proses kehidupan (Henderson, dalam Dewi dkk, 2004). Ketika perubahan dan tekanan hidup berlangsung begitu intens dan cepat, maka seseorang perlu mengembangkan kemampuan dirinya sedemikian rupa untuk mampu melewati itu semua secara efektif. Untuk mampu menjaga kesinambungan hidup yang optimal, maka kebutuhan akan kemampuan untuk menjadi *resilien* menjadi makin tinggi.

Menurut Desmita (2007), resiliensi (daya lentur) adalah kemampuan atau kapasitas insani yang dimiliki seseorang, kelompok atau masyarakat yang memungkinkan untuk menghadapi, mencegah, meminimalkan dan bahkan menghilangkan dampak-dampak yang merugikan dari kondisi-kondisi yang tidak menyenangkan, atau bahkan mengubah kondisi kehidupan yang menyengsarakan menjadi suatu hal yang wajar untuk diatasi.

Kemampuan itu dibutuhkan orang tua untuk menunjang perkembangan hidup si anak untuk menghadapi gangguan perkembangan yang dihadapinya dan kesiapan untuk mendampingi hingga dewasa. Dengan demikian peneliti tertarik membahas mengenai “Gambaran Resiliensi Ibu yang Memiliki Anak Autis di Taman Pelatihan Harapan Makassar”. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran resiliensi ibu yang memiliki anak autis.

Landasan Teoritis

Ibu yang memiliki anak autis merupakan ibu yang memiliki anak yang berkebutuhan khusus autis. *Autisme* adalah salah satu gangguan masa kanak-kanak yang paling berat, ditandai dengan defisit pervasif pada kemampuan berhubungan dan berkomunikasi dengan orang lain, dan dengan rentang minat dan aktivitas yang terbatas (Nevid, 2003), yang secara umum tampak di tiga tahun pertama kehidupan anak (Williams dan Wright, 2004).

Menurut Hasdianah (2013), autis merupakan gangguan perkembangan yang mempengaruhi beberapa aspek bagaimana anak melihat dunia dan belajar melalui

pengalaman. Anak-anak dengan gangguan autis biasanya kurang dapat merasakan kontak sosial. Mereka cenderung menyendiri dan menghindari kontak dari orang lain. Orang dianggap sebagai objek (benda) bukan sebagai subyek yang dapat berkomunikasi dan berinteraksi.

Ibu yang memiliki anak autis memiliki tanggung jawab yang lebih berat dibandingkan dengan ibu yang memiliki anak normal dalam hal pengasuhan dan pendidikan anak. Selain harus melakukan pengobatan medis, orang tua terutama ibu juga dituntut bijak dan sabar dalam menghadapi kondisi anak. Selain itu, seorang ibu juga diharapkan mampu mengetahui dinamika perkembangan dan kebutuhan psikologi anak autistik. Hal ini dapat dilakukan melalui sikap penerimaan dan pemberian kasih sayang serta pemahaman kekurangan anak autis dari orang tua, terutama sikap ibu dan anggota keluarga lainnya.

Menurut Klohnen (dalam Razak, 2012), istilah resiliensi berasal dari kata Latin *resilire* yang artinya melambung kembali. Resiliensi berarti kemampuan untuk pulih kembali dari suatu keadaan, kembali ke bentuk semula setelah dibengkokkan, ditekan, atau diregangkan. Bila digunakan sebagai istilah psikologi, resiliensi adalah kemampuan manusia untuk cepat pulih dari perubahan, sakit, kemalangan, atau kesulitan. Istilah resiliensi diformulasikan pertama kali oleh Block dengan nama *ego-resilience*, yang diartikan sebagai kemampuan umum yang melibatkan kemampuan penyesuaian diri yang tinggi dan luwes saat dihadapkan pada tekanan internal maupun eksternal.

Reivich dan Shatte (dalam Razak, 2012) memaparkan, daya lentur (*resilience*) merupakan istilah yang relatif baru dalam ranah psikologi, terutama psikologi perkembangan. Paradigma resiliensi didasari oleh pandangan kontemporer yang muncul dari lapangan psikiatri, psikologi, dan sosiologi tentang bagaimana anak, remaja, dan orang dewasa sembuh dari kondisi stres, trauma dan resiko dalam kehidupan mereka. Resiliensi merupakan kemampuan untuk merespon sesuatu dengan cara yang sehat dan produktif ketika berhadapan dengan kesengsaraan atau trauma, terutama untuk mengendalikan tekanan hidup sehari-hari.

Berdasarkan pemaparan teori diatas maka dapat disimpulkan, resiliensi adalah suatu kemampuan yang dimiliki oleh seseorang untuk bangkit dari kondisi yang tidak menyenangkan dan tetap bertahan dalam menghadapi berbagai kesulitan hidup.

Reivich dan Shatte (dalam Widuri, 2012), memaparkan tujuh aspek-aspek yang membentuk resiliensi, yaitu:

a. *Emotional Regulation* (Pengendalian Emosi)

Regulasi emosi adalah kemampuan untuk tetap tenang di bawah kondisi yang menekan. Orang yang kurang memiliki kemampuan untuk mengatur emosi mengalami kesulitan dalam membangun dan menjaga hubungan dengan orang lain. Hal ini bisa disebabkan oleh berbagai macam faktor, diantaranya tidak ada orang yang mau menghabiskan waktu bersama orang yang marah, merengut, cemas, khawatir serta

gelisah setiap saat. Emosi yang dirasakan oleh seseorang cenderung berpengaruh terhadap orang lain.

b. *Implus Control* (Pengendalian Dorongan)

Pengendalian impuls adalah kemampuan individu untuk mengendalikan keinginan, dorongan, kesukaan, serta tekanan yang muncul dari dalam diri sehingga tidak mudah untuk lepas kendali. Individu yang memiliki kemampuan pengendalian impuls yang rendah, cepat mengalami perubahan emosi yang pada akhirnya mengendalikan pikiran dan perilaku mereka. Mereka menampilkan perilaku mudah marah, kehilangan kesabaran, impulsif, dan berlaku agresif.

c. Optimis

Individu yang memiliki resiliensi adalah seorang yang optimis, yaitu percaya bahwa segala sesuatu dapat berubah menjadi lebih baik, memiliki harapan pada masa depan dan percaya bahwa hidup dapat dikontrol secara langsung, serta individu dapat memperbaiki situasi yang ada. Individu mengarahkan dirinya pada sumber-sumber *problem solving* dalam faktor-faktor yang dapat dikontrol dan mengarah pada perubahan, sehingga individu menjadi kuat, mampu menjadi pemimpin, bangkit kembali dari seluruh dan memiliki harapan akan masa depan.

d. *Causal Analysis* (analisis penyebab masalah)

Causal Analysis merujuk pada kemampuan individu untuk mengidentifikasi secara akurat penyebab dari permasalahan yang mereka hadapi. Individu yang tidak mampu mengidentifikasi penyebab dari permasalahan yang mereka hadapi secara tepat, akan terus menerus berbuat kesalahan yang sama.

e. *Empathy* (Empati)

Empati merupakan kemampuan untuk memahami dan memiliki kepedulian terhadap orang lain. Orang yang empatik memiliki kemampuan untuk merasakan apa yang dirasakan orang lain, tanpa ikut terbawa emosi dan cenderung memiliki hubungan sosial yang baik. Individu dengan empati yang rendah cenderung mengulang pola yang dilakukan oleh individu yang tidak resilien, yaitu menyamaratakan semua keinginan dan emosi orang lain.

f. Efikasi Diri

Self-Efficacy adalah hasil dari pemecahan masalah yang berhasil. *Self-Efficacy* merepresentasikan sebuah keyakinan bahwa kita mampu memecahkan masalah yang kita alami dan mencapai kesuksesan. Individu dengan efikasi diri tinggi memiliki komitmen dalam memecahkan masalahnya, dan tidak akan menyerah ketika menemukan bahwa strategi yang sedang digunakan itu tidak berhasil.

g. *Reaching Out* (Peningkatan Aspek Positif)

Resiliensi lebih dari sekedar bagaimana seorang individu memiliki kemampuan untuk mengatasi kemalangan dan bangkit dari keterpurukan, namun lebih dari itu.

Reaching out adalah kemampuan individu meraih aspek positif atau mengambil hikmah dari kehidupan setelah kemalangan yang menimpa.

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya oleh Mumun (2010) menyatakan, dinamika resiliensi orang tua anak autis sejak awal mendapat diagnosa autis hingga proses memaknai ujian memiliki anak autis itu sendiri butuh waktu yang cukup lama. Secara kognitif pada awal diagnosa, orang tua anak autis merasa terkejut, stres dan sempat berpikir menyalakan diri sendiri. Secara afektif perasaan kecewa, bingung dan sedih dialami oleh orang tua anak autis. Setelah proses adaptasi dan pemaknaan, kondisi kognitif maupun afektif orang tua anak autis mulai berubah. Mereka lebih memandang positif permasalahan yang terjadi, serta sudah lebih bisa menerima dan berlapang dada terhadap persoalan yang dihadapi sehingga hal ini menumbuhkan motivasi orang tua untuk mencari solusi kesembuhan anaknya.

Peneliti dapat simpulkan bahwa aspek-aspek dari resiliensi, yaitu: pengendalian emosi, pengendalian dorongan, optimis, analisis penyebab masalah, empati, efikasi diri, dan peningkatan aspek positif. Selanjutnya peneliti akan menganalisis hasil penelitian berdasarkan aspek resiliensi tersebut.

METODOLOGI PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif yang bermaksud untuk memahami fenomena tentang yang dialami oleh subyek penelitian dalam hal perilaku, persepsi, motivasi, tindakan dan lain-lain, secara holistik, dan dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata dan bahasa, pada suatu konteks khusus yang alamiah dan dengan memanfaatkan berbagai metode alamiah.

Penelitian ini berfokus pada gambaran resiliensi ibu yang memiliki anak autis. Resiliensi dalam penelitian ini dipahami sebagai suatu kemampuan yang dimiliki oleh seorang ibu untuk bangkit dari kondisi yang tidak menyenangkan dan tetap bertahan dalam menghadapi berbagai kesulitan hidup. Sementara ibu yang memiliki anak autis merupakan seorang ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus dengan gangguan perkembangan yang secara umum tampak di tiga tahun pertama kehidupan anak, dimana berpengaruh pada komunikasi, interaksi sosial, dan pola perilaku.

Subyek dalam penelitian ini berjumlah tiga orang ibu di Taman Pelatihan Harapan yang beralamatkan di Jln. Pengayoman Kompleks Ruko Akik Hijau No. F. 12A, Makassar. Subjek telah memenuhi purposivitas dengan karakteristik 1) terbuka dan mampu berkomunikasi dengan baik; 2) ibu yang memiliki anak bungsu yang autis; 3) terdaftar di Taman Pelatihan Harapan Makassar.

Pengumpulan data dilakukan dengan observasi dan wawancara. Penelitian ini menggunakan teknik analisis data dengan cara mereduksi data kemudian mendisplay data tersebut dan akhirnya mengambil kesimpulan. Sementara teknik pemeriksaan dari keabsahan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu: ketekunan pengamatan dan kecukupan referensial.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

1. Subyek Penelitian I (MK)

MK adalah seorang ibu yang berusia 31 tahun yang memiliki putri bungsu mengalami gangguan autis yang bernama S. Menurut dokter, puteri bungsu MK termasuk dalam tipe gangguan *Autis Spectrum Klasik*, dimana diawal pertumbuhannya tidak nampak ciri-ciri penderita autis namun ketika puteri MK berumur 2 tahun 10 bulan tanda-tanda autis baru mulai muncul tanpa ada sebab yang pasti. Menurut MK waktu mengandung keadaannya dalam kondisi normal tanpa ada gangguan, usia MK masih produktif yaitu 26 tahun, dan suaminya bebas asap rokok.

Berdasarkan hasil tes dari Prodia, didapatkan dalam tubuh puteri MK terkandung merkuri sebanyak 57% yang melawati ambang batas manusia normal yang hanya mengandung merkuri sebanyak 15%. Disisi lain MK juga melihat kondisi fisik anaknya, dimana rambut puterinya terlihat mengkilap. Menurut dokter merkuri yang ada dalam tubuh puteri MK berasal dari ikan yang sering dikonsumsi oleh MK sewaktu ia mengandung.

Adapun gambaran umum resiliensi MK dapat diuraikan dari tiap aspek resiliensi sebagai berikut:

1) Aspek pengendalian emosi (*Emotional Regulation*)

Pada saat mendengar diagnosa dari pihak profesional bahwa anak MK mengalami gangguan autis, MK merasa sedih, kaget dan merasa bingung apa yang akan dilakukan untuk puteri bungsunya. MK tidak mampu mengontrol emosinya saat itu sehingga MK meluapkan kesedihannya dengan menangis. Saat itu MK belum mampu untuk berpikir panjang apa yang akan dilakukan karena kaget mengetahui kondisi puterinya namun disisi lain, sebelumnya ada kecurigaan yang muncul dalam benak MK kalau anaknya ada kelainan.

Ketika MK terpuruk setelah mendengar diagnosa dari dokter, ia tidak mampu menahan kesedihannya hingga MK menangis. MK tidak menyangka bahwa puteri bungsunya bisa mengalami gangguan autis walaupun memang sebelumnya MK sempat curiga karena melihat perilaku anaknya yang tidak biasa. Suami MK dengan setia menemaninya ketika mengalami hal yang tidak diinginkan oleh MK. Suami MK terus memberikan semangat dan motivasi agar ia bisa menerima anak mereka tanpa ada kesedihan.

MK mengatakan sampai saat ini kadang ia masih merasa sedih dan cemas ketika semakin hari usia puterinya semakin bertambah dan belum mengalami perubahan. Namun MK terus berusaha tanpa mengenal lelah walaupun kadang merasa khawatir namun disisi lain MK terus berpikir untuk mencari solusi agar anaknya bisa mengalami kemajuan. Ketika MK mulai merasa sedih, dia bersama keluarganya menghabiskan waktu untuk liburan

Dari hasil analisis data aspek pengendalian emosi, dapat disimpulkan bahwa: a)

Awal MK mendengar diagnosa bahwa puteri bungsunya mengalami gangguan autis, MK merasa sedih, kaget dan bingung; b) Sampai saat ini MK masih merasa cemas dan sedih melihat kondisi anaknya yang mengalami ketertinggalan; c) MK mendapat dukungan dari suaminya serta keluarganya ; d) Ketika merasa sedih, MK bersama keluarganya liburan.

2) Pengendalian Dorongan (*Implus Control*)

MK mampu menerima keadaan dan kondisi puteri bungsunya saat ini walaupun awalnya MK merasa kaget dan tidak menyangka kalau anaknya mengalami gangguan autis. MK berbesar hati menerima keadaan anaknya dengan segala keterbatasan yang dimiliki oleh anak. MK tetap memberikan pengasuhan yang terbaik untuk puterinya dan kasih sayang serta perhatian karena MK memiliki keyakinan suatu saat anaknya bisa mandiri.

Meskipun anaknya yang memiliki keterbatasan namun MK tetap menerimanya dan tidak pernah merasa minder ketika melihat anak orang lain yang normal. MK juga tidak merasa malu ketika berkumpul dengan keluarga maupun tetangganya. MK menerima anaknya dengan segala kekurangan maupun kelebihan yang dimiliki oleh puteri bungsunya.

Dari hasil analisis data aspek pengendalian dorongan, dapat disimpulkan: a) MK mampu menerima keadaan puteri bungsunya yang mengalami gangguan autis; b) MK tidak merasa minder dan malu ketika berkumpul dengan orang lain karena MK memiliki anak autis.

3) Optimis

Keyakinan dan rasa optimis yang tinggi membuat MK mampu menerima anaknya dengan lapang dada. MK berniat dari dalam hatinya sendiri untuk mampu menghilangkan dan bisa bangkit dari kesedihan sehingga MK bisa berpikir apa yang akan dilakukan untuk perkembangan puteri bungsunya selanjutnya, serta MK juga sangat optimis dan yakin bisa mengasuh serta mendidik anaknya agar bisa mandiri walaupun tidak seperti anak normal lainnya. Selain termotivasi dari diri sendiri, MK juga mendapat didukung dan dibantu oleh suami serta ibunya untuk menjaga puteri bungsunya sehingga MK tidak pernah merasa putus asa, pesimis, bahkan mengeluh selama ini.

Dari hasil analisis data aspek optimis, dapat disimpulkan: a) MK optimis dan yakin kelak anaknya mampu untuk mandiri sesuai dengan harapan; b) MK mampu bangkit dari sedihannya karena niat dari hatinya; c) Mendapat dukungan dari suami serta ibunya sehingga tidak pernah putus asa, mengeluh bahkan pesimis.

4) Analisis Penyebab Masalah (*Causal Analysis*)

MK merupakan salah satu lulusan Psikologi, sehingga ia mengerti dan paham gangguan autis yang dialami oleh puterinya. Selain itu MK juga banyak mendapat informasi dari teman serta para dosennya. Karena keilmuan yang dimilikinya sehingga

dari awal MK mampu mengenali ciri-ciri anak yang mengalami gangguan autis. Ketika MK merasa ada yang lain dari anaknya yang tidak seperti anak pada umumnya, MK langsung bertindak dengan membawa anaknya ke dokter spesialis dan ternyata kecurigaannya terbukti kalau anaknya memang mengalami gangguan autis.

Puterinya didiagnosa mengalami gangguan autis, namun MK tidak pernah menyalakan siapapun. Menurut MK semua itu adalah anugerah dari Sang Pencipta, ia tetap bersyukur dan menerima anaknya dengan segala kelebihan maupun keterbatasan yang dimiliki oleh anaknya. MK hanya bisa berusaha memberikan yang terbaik untuk puterinya agar kelak menjadi lebih baik dari sekarang.

Dari hasil analisis data aspek analisis penyebab masalah, dapat disimpulkan: a) Dari awal MK mampu mengenali ciri-ciri autis yang dialami oleh anaknya; b) MK langsung bertindak dengan membawa anaknya ke dokter spesialis; c) MK tidak menyalakan siapapun karena memiliki anak autis.

5) Empati (*Empathy*)

Awalnya MK merasa hanya anaknya yang mengalami gangguan autis tapi ternyata banyak juga anak-anak yang mengalami hal serupa dengan gangguan yang dialami oleh anaknya. Ketika MK melihat anak-anak di Taman Pelatihan Harapan perasaannya terobati karena MK selalu *sharing* dengan para terapis dan orang tua yang ada ditempat terapi sehingga banyak mendapat informasi mengenai gangguan yang dialami oleh puteri bungsunya, cara penanganannya, serta makanan yang cocok dan tidak.

MK kadang juga rasa iba dan kasihan ketika melihat anak-anak yang mengalami keterbelakangan yang lebih parah dari puterinya. Disisi lain, MK bersyukur karena anaknya sudah ada kemajuan walaupun masih jauh dari anak normal lainnya dibandingkan anak-anak yang lain yang lebih parah.

Dari hasil analisis data aspek empati, dapat disimpulkan: a) Perasaan MK terobati karena banyak mendapat informasi dari orang tua dan para terapis; b) MK merasa iba dan kasihan melihat anak-anak yang lebih parah dari anaknya; c) Lebih bersyukur karena anaknya sudah ada kemajuan dibandingkan anak-anak yang lain.

6) Efikasi Diri (*Self Efficacy*)

MK yakin kelak puterinya mampu untuk mandiri, hal inilah yang membuatnya terus berusaha agar apa yang diharapkan dapat tercapai. Banyak usaha yang ditempuh oleh MK, seperti mencari tempat terapi, membawa anaknya ke berbagai dokter spesialis, memperhatikan menu makanan untuk puterinya cocok atau tidak, menemani puterinya ke tempat terapi, memberikan perhatian, serta kasih sayang. Hal tersebut dilakukan oleh MK agar puterinya menjadi lebih baik dan apa yang diharapkannya dapat terlaksana. MK memaparkan bahwa usaha yang dilakukan saat ini belum maksimal, namun ia tidak pernah pesimis namun MK terus berusaha.

Dari hasil analisis data aspek efikasi diri, dapat disimpulkan bahwa MK optimis dan memiliki keyakinan sehingga ia berusaha semaksimal mungkin agar apa yang

diharapkan kelak akan tercapai. MK juga tidak pernah menyerah dan pesimis, ia terus berusaha untuk kebaikan puterinya.

7) Peningkatan Aspek Positif (*Reaching Out*)

MK mampu bangkit dan melawan kesedihan yang dialaminya, MK memotivasi dirinya sendiri dan berniat untuk selalu memberikan pengasuhan yang terbaik kepada puteri bungsunya. MK juga mengungkapkan bahwa dapat belajar dan memetik hikmah dari apa yang dialami oleh puteri bungsunya saat ini, dimana ia lebih belajar untuk bersabar, selalu bersyukur lebih kompak dengan suami dalam segala hal.

Dari hasil analisis data aspek peningkatan aspek positif, dapat disimpulkan bahwa MK mendapat banyak pelajaran dari kejadian yang menimpa puterinya, dimana ia belajar untuk bersabar, bersyukur dan lebih kompak dengan suaminya

2. Subyek Penelitian II (EL)

EL adalah seorang ibu yang berusia 45 tahun. Saat umur 40 hari anak EL mengalami demam tinggi sehingga harus dirawat di rumah sakit namun anaknya bisa sembuh seperti semula. Saat berumur 5 bulan anaknya tidak bisa merespon dengan baik hal ini terlihat ketika diberikan mainan tidak ada respon dan kontak mata juga tidak ada. EL tidak menyadari kalau anaknya mengalami kelainan pada perilakunya.

Adapun gambaran umum resiliensi EL dapat diuraikan dari tiap aspek resiliensi sebagai berikut:

1) Pengendalian Emosi (*Emotional Regulation*)

EL mampu untuk bangkit dari keterpurukannya namun ia kadang merasa sedih dan cemas ketika mengantarkan puteranya ke sekolah karena melihat anak-anak yang normal. Subyek berusaha untuk bangkit kembali dan menyadari kalau semuanya itu adalah pemberian Sang Pencipta. Hal itu jugalah yang membuat EL tidak berkecil hati dan malu untuk dihina oleh orang lain karena memiliki anak yang berkebutuhan khusus. EL berusaha untuk memberi pemahaman kepada orang lain mengenai gangguan yang dimiliki oleh anaknya. Apapun yang dilakukan oleh EL tetap ia nikmati tanpa menghiraukan pendapat orang lain. EL terus berusaha untuk memberikan pengasuhan, pengobatan serta pendidikan yang terbaik untuk anaknya.

Dari hasil analisis data aspek pengendalian emosi (*Emotional Regulation*), dapat disimpulkan: a) EL merasa sedih, cemas, tidak menyangka anaknya bisa mengalami gangguan autisme; b) Meskipun awalnya terpuruk namun EL tetap bersyukur; c) Walaupun kadang merasa sedih ketika melihat anak normal namun EL berusaha untuk bangkit dan tetap menikmati apa yang ia lakukan untuk kepentingan puteranya; d) EL kurang mampu mengontrol emosinya namun ia tetap mendekatkan diri kepada Sang Pencipta; e) EL berusaha untuk memberikan yang terbaik untuk puteranya.

2) Pengendalian Dorongan (*Impulse Control*)

EL mampu menerima dan tidak merasa minder karena memiliki anak yang berbeda. EL percaya bahwa ia telah diberikan kemampuan yang lebih sehingga sanggup

untuk menerima keadaan serta kondisi anaknya yang memiliki keterbatasan dibandingkan orang tua yang dianugerahi anak normal namun mereka tidak mensyukuri pemberian Tuhan tersebut.

EL belajar dari pengalamannya sewaktu masih muda dahulu, dimana dari pengalamannya banyak bergaul dengan anak-anak yang memiliki keterbatasan. Dari pengalamannya ia tahu semua anak memiliki kelebihan meskipun anak tersebut memiliki kekurangan. Hal ini jugalah yang memotivasi EL untuk mampu menerima kekurangan puteranya dan yakin bahwa meskipun tidak sempurna namun pasti ada kelebihan yang dimiliki.

Dari hasil analisis data aspek pengendalian dorongan (*Impuls Control*), dapat disimpulkan: a) EL menerima anaknya yang mengalami gangguan autisme; b) EL tidak merasa minder; c) EL tahu anaknya pasti memiliki kelebihan meskipun anaknya mengalami keterbatasan.

3) Optimis

EL berusaha untuk bangkit dan mampu melawan kesedihan dan kecemasan yang dirasakan karena dorongan serta berniat dari dalam hatinya sendiri. Karena hal tersebut, EL yakin dan optimis kalau usaha yang ia lakukan bisa berhasil dan puteranya akan berubah meskipun saat ini usaha tersebut belum maksimal. EL yakin akan kemampuan dirinya bisa melakukan sesuatu agar anaknya bisa tumbuh dan berkembang seperti anak yang lainnya. Selain terus berusaha, EL terus mendekatkan diri kepada Tuhan dan yakin kedepannya akan lebih baik. EL selalu berpikir positif bahwa apa yang diberikan Tuhan kepadanya adalah anugerah terindah dalam hidupnya. Suami serta keluarga yang lain ikut berperan dalam membantu EL untuk mencari solusi serta penanganan yang akan diberikan kepada puteranya.

Dari hasil analisis data aspek optimis, dapat disimpulkan: a) EL optimis bahwa usaha yang dilakukan akan berhasil; b) EL terdorong untuk bangkit karena niat dari hatinya sendiri; c) EL yakin pada kemampuan dirinya bisa memberikan pengasuhan yang terbaik untuk putera bungsunya; d) EL mendapat dukungan dari suami serta keluarganya sehingga ia semangat untuk berusaha demi kepentingan anaknya.

4) Analisis Penyebab Masalah (*Causal Analysis*)

EL awalnya menyalakan dirinya sendiri dan suaminya, namun EL menyadari bahwa apa yang dialami oleh anaknya saat ini merupakan anugerah terindah dalam keluarganya. EL mengatakan kalau mereka adalah orang tua yang spesial di mata Tuhan karena memiliki anak yang autisme dan merasa bangga karena tidak semua orang tua dianugerahi anak yang seperti itu. EL selalu menanggapi positif jika ada orang yang berpikir negatif terhadap anaknya maupun dirinya karena apa yang dimiliki oleh EL sekarang adalah pemberian Sang Pencipta jadi tetap disyukuri.

Dari hasil analisis data aspek *causal analysis*, dapat disimpulkan bahwa: a) EL menyalakan dirinya serta suaminya; b) EL bangga memiliki anak autisme; c) EL selalu berpikir positif jika ada tanggapan negatif dari orang lain.

5) Empati (*Empathy*)

EL merasa senasib dengan orang tua yang memiliki anak autis, ia tidak merasa sendiri memiliki anak yang berbeda dari anak yang lain. EL bersyukur ternyata masih banyak anak-anak yang lebih parah dari puteranya. EL juga mengatakan ia banyak belajar dan *sharing* dengan orang tua yang memiliki anak autis, dimana mereka memiliki kesabaran yang luar biasa, bisa menahan emosi jika anaknya nakal dan cara menegur jika membuat kesalahan.

Dari hasil analisis data aspek *empathy*, dapat disimpulkan: a) Merasa senasib dengan orang tua yang memiliki anak autis; b) Tetap bersyukur karena bukan anaknya saja yang mengalami gangguan autis; c) Banyak mendapat pelajaran agar tetap bersabar, tabah, jika menghadapi suatu masalah.

6) Efikasi Diri (*Self Efficacy*)

EL yakin kelak puteranya akan berubah menjadi lebih baik dari sekarang, tidak pernah putus asa dan pesimis dalam mengasuh puteranya. Ia tetap berusaha semampunya untuk mencari solusi agar anaknya mendapat penanganan yang terbaik. Selain tetap berusaha, EL selalu mengingat untuk tetap berdoa agar diberikan kemudahan dalam mendidik dan mendampingi anaknya kedepan.

Dari hasil analisis data aspek efikasi diri, dapat disimpulkan bahwa EL yakin kelak anaknya akan menjadi lebih baik sehingga ia berusaha tanpa pernah merasa putus asa.

6) Peningkatan Aspek Positif (*Reaching Out*)

EL mampu bangkit dan melawan kesedihan yang dialaminya, EL memotivasi dirinya sendiri dan berniat untuk selalu memberikan pengasuhan yang terbaik kepada puteranya bungsunya, sehingga EL mampu menerima keadaan dan kondisi putera bungsunya saat ini walaupun awalnya EL merasa kaget dan tidak menyangka kalau anaknya mengalami gangguan autis. EL juga mengungkapkan bahwa ia dapat belajar dan memetik hikmah dari apa yang dialami oleh putera bungsunya saat ini, dimana ia lebih dituntut untuk bersabar, mengontrol emosi, belajar menerima, serta tabah dan lebih perhatian terhadap anak

Dari hasil analisis data aspek *Reaching Out*, dapat disimpulkan bahwa EL dapat memaknai apa yang dialami oleh anaknya saat ini, ia lebih bersabar, tabah, lebih mengontrol emosi serta lebih perhatian terhadap buah hati.

3. Subyek Penelitian III (NR)

NR adalah seorang ibu yang berusia 32 tahun. NR mengetahui anaknya mengalami gangguan autis karena ada perbedaan antara anak bungsunya dan kedua kakaknya. NR mengungkapkan anaknya didiagnosa mengalami gangguan autis pada usia 1 tahun setengah. Dimana anak NR tidak bisa bicara dan sangat hiperaktif.

Adapun gambaran umum resiliensi NR dapat diuraikan dari tiap aspek resiliensi sebagai berikut:

1) Aspek pengendalian emosi (*Emotional Regulation*)

NR memaparkan bahwa ketika mendengar diagnosa bahwa putera bungsunya mengalami gangguan autis perasaan NR hancur, sedih namun ia tetap berusaha untuk berfikir bagaimana anak bungsunya bisa mendekati anak normal. NR kurang bisa mengontrol emosinya hingga sampai stres karena terlalu memikirkan kondisi anaknya. NR meluapkan segala kesedihannya dengan menangis karena tidak tahu harus berbuat apa agar anaknya bisa normal seperti anak seusianya.

NR tidak larut dalam kesedihannya karena ia adalah seorang ibu yang kuat dan merasa kasihan kepada kedua anaknya yang lain yang juga sangat membutuhkan perhatian dari seorang ibu. NR berusaha mengendalikan perasaannya agar tidak berimbas kepada anak-anaknya. NR hanya bisa menangis dan berpasrah kepada Sang Pencipta.

Dari hasil analisis data aspek pengendalian emosi, dapat disimpulkan: a) NR terpuruk ketika mengetahui kondisi anaknya; b) NR berusaha untuk mengendalikan emosinya agar tidak berimbas kepada anak-anaknya; c) NR sampai saat ini masih merasa sedih namun ia tetap berusaha untuk memberikan perhatian yang besar kepada puteranya.

2) Pengendalian Dorongan (*Implus Control*)

NR mampu menerima keadaan dan kondisi puteri bungsunya saat ini walaupun awalnya NR merasa hancur dan tidak menyangka kalau anaknya mengalami gangguan autis. NR berbesar hati menerima keadaan anaknya dengan segala keterbatasan yang dimiliki oleh anak. NR tetap memberikan pengasuhan dan kasih sayang yang terbaik untuk puteranya serta perhatian karena NR memiliki keyakinan kelak anaknya bisa menjadi lebih baik walaupun hanya mendekati normal. NR berusaha untuk menjaga kondisi fisik maupun psikisnya agar mampu untuk mendampingi anaknya.

NR tidak merasa minder maupun malu karena memiliki anak yang berkebutuhan khusus, ia tetap menyayangi putera bungsunya. NR tidak berkecil hati ketika melihat anak normal karena ia yakin suatu saat anaknya akan mampu untuk berbicara seperti anak yang lain. Ketika bergaul dengan para tetangganya ia juga merasa biasa saja tanpa ada muncul rasa iri, disamping itu para tetangganya juga meyakinkan NR kelak puteranya akan mampu untuk berkomunikasi dengan orang lain.

Dari hasil analisis data aspek pengendalian dorongan, dapat disimpulkan bahwa: a) NR mampu untuk menerima segala keterbatasan yang dimiliki oleh anaknya; b) Tidak merasa minder karena memiliki anak autis.

3) Optimis

NR berusaha untuk bangkit dan mampu melawan kesedihan yang dirasakan karena dorongan serta niat dari dalam hatinya sendiri. Hal inilah yang membuat subyek termotivasi untuk terus berusaha untuk mencari solusi apa yang terbaik untuk anaknya tanpa putus asa. Harapan NR hanya ingin melihat anaknya untuk berbicara dengan baik.

Setiap usaha yang kita lakukan dengan sungguh-sungguh dan dari hati pasti akan

membuahkan hasil yang baik, NR yakin kalau usaha yang dilakukan selama ini akan berhasil sesuai dengan harapannya, walaupun ia berusaha sesuai dengan kemampuan dirinya saja. NR percaya pada kemampuan yang ia miliki bisa membuat anaknya berbicara tanpa harus memaksakan keadaan dan ia selalu berdoa semoga apa yang dia lakukan dapat berhasil.

Dari hasil analisis data aspek optimis, dapat disimpulkan: a) NR berniat dari dalam hatinya sendiri untuk bangkit dari keterpurukannya; b) NR yakin dan optimis kelak putera bungsunya akan mampu untuk berbicara; c) NR selalu berserah kepada Sang Pencipta.

4) Analisis Penyebab Masalah (*Causal Analysis*)

NR awalnya menyalakan dirinya sendiri dan suaminya, hal apa yang mereka telah perbuat sehingga Tuhan memberikan cobaan dengan memberikan anak yang memiliki kebutuhan khusus. Namun NR menyadari bahwa apa yang dialami oleh anaknya saat ini merupakan anugerah terindah dalam keluarganya. NR mengatakan Tuhan memberikan cobaan tidak melebihi batas kemampuan umatnya dan mereka diberikan cobaan karena mereka dianggap mampu untuk mengasuh anak tersebut dibandingkan orang tua yang lain.

Dari hasil analisis data aspek analisis penyebab masalah, dapat disimpulkan bahwa, awalnya NR menyalakan dirinya dan suaminya namun ia sadar bahwa ia mampu untuk menghadapi semua cobaan yang diberikan Tuhan kepadanya.

5) Empati (*Empathy*)

Subyek berbesar hati melihat anak-anak yang berkebutuhan khusus di Taman Pelatihan Harapan ternyata masih banyak anak-anak yang lebih parah dari kondisi anaknya namun orang tua mereka tetap bisa menerima dan sayang kepada anaknya. NR memaparkan ia juga harus menerima bagaimanapun kondisi anaknya dan yakin ia mampu untuk memberikan yang terbaik untuk buah hatinya. Selain itu NR lebih bersyukur ternyata anaknya lebih memiliki kemajuan daripada anak-anak yang lain. NR selalu berpikir positif bahwa dirinya mampu untuk menjadi seorang ibu yang terbaik untuk anaknya, ketika orang lain bisa, ia juga yakin mampu untuk melewati masalah tersebut.

Dari hasil analisis data aspek empati, dapat disimpulkan: a) NR berbesar hati melihat anak-anak yang senasib dengan putera bungsunya; b) NR lebih bersyukur anaknya tidak separah anak yang lain dan selalu yakin ia mampu untuk menjadikan anaknya menjadi lebih baik kedepannya

6) Efikasi Diri (*Self Efficacy*)

NR memiliki keyakinan dan optimis yang tinggi jika kelak anaknya bisa bicara seperti anak yang lain walaupun bukan hari ini tapi mungkin besok atau lusa. Hal inilah yang membuat NR termotivasi semaksimal mungkin untuk terus berusaha tanpa mengeluh, putus asa bahkan tidak pernah menyerah, namun usaha yang dilakukan NR tetap sesuai dengan kemampuan yang dimiliki tanpa memaksakan keadaan serta

dibarengi dengan doa agar apa yang diusahakan dapat berhasil.

7) Peningkatan Aspek Positif (*Reaching Out*)

NR mampu bangkit dan melawan kesedihan yang dirasakan, NR memotivasi dirinya sendiri dan berniat untuk selalu memberikan pengasuhan yang terbaik kepada putera bungsunya, sehingga NR mampu menerima keadaan dan kondisi putera bungsunya saat ini walaupun awalnya NR merasa sedih dan tidak menyangka kalau anaknya mengalami gangguan autis. NR juga mengungkapkan bahwa dapat belajar dan memetik hikmah dari apa yang dialami oleh putera bungsunya saat ini, dimana ia lebih belajar untuk bersabar, selalu bersyukur dalam segala hal, sikap penerimaan dan pengertian terhadap orang lain.

Dari hasil analisis data aspek *Reaching Out*, dapat disimpulkan bahwa, NR lebih bersabar, mampu menerima segala pemberian Tuhan dan selalu disyukuri serta lebih pengertian terhadap orang lain.

Pembahasan

Beberapa temuan dari ketiga subjek dengan aspek yang membentuk resiliensi dapat dipaparkan sebagai berikut:

1. Aspek pengendalian emosi (*Emotional Regulation*)

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan kepada ketiga subyek dapat disimpulkan bahwa subyek kurang mampu mengendalikan emosinya. Subyek I ketika mendengar diagnosa dari dokter, ia merasa sangat sedih, kaget dan bingung hingga menangis karena tidak mampu mengendalikan emosinya. Subyek ke II, pada saat mengetahui keadaan dan kondisi putera bungsunganya, ia sangat sedih, cemas dan tidak menyangka sehingga membuat subyek tidak mampu meregulasi emosinya yang menyebabkan subyek stres dan marah. Sedangkan subyek III juga tidak mampu untuk mengendalikan emosinya karena mengetahui bahwa putera bungsunya mengalami gangguan autis, dimana subyek juga merasa sedih dan terpukul.

Hal ini menunjukkan bahwa dari ketiga subyek yang memiliki anak autis mengalami kondisi yang sama yakni emosi kurang terkontrol sehingga berakibat buruk pada ketiga subyek. Hal ini sejalan dengan teori yang dipaparkan oleh Pottie (dalam Mumun, 2010), apabila dibandingkan antara orang tua yang memiliki anak dengan gangguan autis dengan tipe gangguan yang lain, orang tua dengan anak autis memiliki pengalaman yang lebih tinggi level stresnya, berbagai gejolak emosi muncul dalam diri orang tua bahkan sampai mengganggu kondisi fisiknya. Hal ini disebabkan orang tua menghabiskan waktu yang lebih secara signifikan dalam memberikan pengasuhan anak.

Pada saat mendengar diagnosa dari pihak profesional bahwa anak mereka mengalami gangguan autis, ketiga subyek terkejut, terpuruk, dan tidak menyangka anak mereka akan mengalami gangguan tersebut. Namun seiring berjalannya waktu ketiga subyek mampu menerima kondisi dan berusaha untuk memberikan penanganan yang terbaik untuk anak mereka yang mengalami gangguan autis. Hal ini sejalan dengan teori yang dipaparkan oleh Hartuti dan Mangunsong (2009) bahwa orang tua dengan anak

berkebutuhan khusus mengalami tiga tahapan reaksi dalam menghadapi keadaan anaknya. Pertama, perasaan *shock*, mengalami guncangan batin, terkejut dan tidak mempercayai kenyataan yang dialami anaknya. Kedua, orang tua akan merasa kecewa, sedih dan mungkin merasa marah ketika mereka mengetahui realitas yang harus dihadapi. Pada tahap ketiga, terjadi tahap penerimaan dan orang tua mulai bisa menyesuaikan diri dengan keadaan anaknya.

2. Aspek pengendalian dorongan (*Causal Analysis*)

Meskipun ketiga subyek kurang mampu mengendalikan emosinya ketika mengetahui bahwa anak bungsu mereka mengalami gangguan autisme, namun ketiga subyek mampu menerima kondisi anaknya, tidak merasa minder dan mereka tetap berusaha untuk mengendalikan dorongan serta keinginan yang muncul pada dirinya dengan cara memaksimalkan apa yang dimiliki oleh anaknya dan mereka yakin anaknya memiliki kelebihan. Hal ini terlihat dari setiap usaha yang mereka lakukan walaupun menurut mereka belum maksimal. Usaha yang mereka lakukan seperti memeriksakan ke berbagai dokter spesialis, melakukan rotasi makanan hingga diet, serta ketiga subyek sangat memperhatikan pendidikan anak mereka.

Dengan memiliki kemampuan *impuls control* dan *optimism* yang tinggi, ketiga subyek tersebut memiliki kemampuan resiliensi yang baik. Hal ini dikarenakan mereka mampu menunjukkan kendali untuk melewati kesulitan-kesulitan sehari-hari dalam mengasuh anak bungsu mereka yang autisme, dengan tetap berupaya mencari cara dan memberikan perawatan yang terbaik kepada anak mereka. Ketiga subyek juga mampu bangkit kembali dan berusaha menemukan cara untuk maju kedepan setelah mengalami kenyataan bahwa mereka memiliki anak autisme yang berbeda dengan anak yang lainnya atau tidak sesuai dengan harapan ketiga subyek.

Hal ini sejalan dengan apa yang diungkapkan oleh Reivich dan Shatte (dalam Sari dkk, 2010), yang menyatakan bahwa manusia menggunakan *resilience* sebagai kendali untuk melewati kesulitan sehari-hari yang menyimpannya kemudian bangkit kembali dan menemukan cara untuk maju ke depan setelah mengalami kemunduran atau peristiwa yang dapat merubah hidupnya. Hal ini ditunjukkan melalui penerimaan yang baik terhadap kondisi anak dan memiliki pemikiran positif bahwa anaknya akan mampu berhasil seperti anak lainnya jika diberikan penanganan yang baik, dengan demikian mereka berusaha sekuat tenaga untuk mengoptimalkan kemampuan anak mereka.

3. *Optimism*

Dari pemaparan ketiga subyek, mereka memiliki optimis dan keyakinan yang tinggi sehingga mampu untuk bangkit melawan keterpurukan yang dirasakan. Mereka berbesar hati menerima segala kekurangan dan kelebihan yang dimiliki oleh anaknya dan tetap bersyukur atas pemberian Tuhan. Subyek selalu berpikir positif bahwa kelak anak mereka akan mampu menjadi lebih baik dari sekarang. Hal inilah yang membuat ketiga subyek tidak pernah putus asa, pesimis bahkan menyerah untuk mencari cara yang tepat agar harapan mereka bisa tercapai. Selain itu ketiga subyek selalu didukung

oleh orang-orang terdekatnya seperti suami dan keluarga sehingga mereka semakin semangat untuk selalu berusaha memberikan pengasuhan yang terbaik untuk buah hati mereka.

4. Efikasi Diri (*Self Efficacy*)

Perilaku positif mereka ditunjukkan terhadap anak bungsunya meskipun mengalami gangguan autis, mereka tetap menerima kondisi anaknya dengan ikhlas dan lapang dada. Mereka menganggap bahwa anak adalah titipan yang diberikan oleh Tuhan sehingga harus tetap dirawat dengan baik. Mereka juga berharap anak mereka akan mampu untuk mandiri, bisa berbicara dan bersosialisasi dengan baik. Hal tersebut membuat para subyek berusaha untuk mencari solusi dan cara penanganan yang tepat untuk anak mereka. Menurut Reivich dan Shatte (dalam Sari dkk, 2010), *optimism* memiliki hubungan dengan *self efficacy* karena *optimism* yang dimiliki individu untuk mencari solusi-solusi dan tetap bekerja keras untuk meningkatkan diri.

Tindakan ini didasari keyakinan akan kemampuan diri dan harapan positif terhadap anaknya akan dapat memperoleh sesuatu yang baik meskipun anak mereka memiliki keterbatasan. Mereka merasa yakin dapat memberikan yang terbaik untuk anaknya dengan tetap berusaha mencari tahu dan meningkatkan keterampilan mereka dalam menangani anaknya serta ikut terlibat dalam proses terapi sehingga mereka bisa mengetahui perkembangan anaknya dengan baik. Menurut Bandura (dalam Mumun, 2010) efikasi diri sebagai keyakinan pada kemampuan diri sendiri untuk menghadapi dan memecahkan masalah dengan efektif. Individu dengan efikasi diri yang tinggi memiliki komitmen dalam memecahkan masalahnya dan tidak akan menyerah ketika menemukan strategi yang sedang digunakan itu tidak berhasil.

5. Analisis Penyebab Masalah (*Causal Analisis*)

Subyek I mampu menganalisis penyebab puteri bungsunya mengalami gangguan autis karena subyek merupakan lulusan Psikologi sehingga ia tahu secara pasti ciri-ciri anak yang mengalami gangguan perilaku, penanganan yang terbaik untuk anaknya dengan melalui terapi perilaku dan wicara. Sementara kedua subyek yang lain tidak tahu secara pasti penyebab gangguan autis yang dialami oleh putera bungsunya mereka, namun mereka tetap berusaha untuk mencari informasi keberbagai sumber dan mencari penanganan keberbagai dokter spesialis agar anak mereka bisa mendapat penangan yang terbaik. Ketiga subyek langsung bertindak dan mencari penanganan untuk perkembangan anak mereka.

Salah satu subyek menerima kondisi puteri bungsunya dan mampu untuk menganalisis penyebab dari gangguan yang dimiliki oleh anaknya sehingga ia tidak menyalahkan dirinya dan orang lain atas gangguan yang dialami oleh anaknya. Berbeda dengan kedua subyek yang lain, mereka kurang mampu untuk menganalisis penyebab anak mereka mengalami gangguan autis sehingga mereka cenderung untuk menyalahkan diri dan orang lain.

6. Peningkatan Aspek Positif (*Reaching Out*)

Subyek I mengatakan karena kejadian tersebut, ia mampu untuk lebih bersabar dalam mengasuh anaknya, selalu bersyukur dalam hal materi dan semakin kompak dengan suaminya dalam segala hal. Subyek II juga memaparkan bahwa ia mampu untuk mengambil hikmah dari apa yang dialami oleh anaknya. Subyek belajar untuk lebih bersabar dan tabah dalam mengasuh serta mendidik putera bungsunya, mampu menerima dan emosinya lebih bisa terkontrol, disamping itu ia lebih banyak mendekatkan diri kepada Sang Pencipta. Dari kejadian ini pula NR lebih banyak untuk bersabar, mampu memahami orang lain, mampu menerima serta tetap bersyukur apapun pemberian Sang Ilahi.

Ketiga subyek mampu memaknai kejadian yang dialami oleh anak mereka. Banyak pembelajaran yang mereka peroleh dari kejadian tersebut sehingga mereka menjadi lebih optimis untuk berusaha mencari penaganan yang terbaik agar kelak masa depan anak mereka akan lebih baik. Hal ini sejalan dengan teori Reivich dan Shatte (dalam Mumun, 2010), yang menyatakan individu yang selalu meningkatkan aspek positifnya akan lebih mudah dalam mengatasi permasalahan hidup, serta berperan dalam meningkatkan kemampuan interpersonal dan pengendalian emosi.

7. Empati (*Empathy*)

Dari hasil wawancara dari ketiga subyek, didapatkan data bahwa ketiga subyek mampu mengarahkan tindakannya ke hal-hal yang lebih positif untuk mengembangkan anaknya yang autis sehingga tidak mengikuti perasaan atau kekecewaan dan kesedihan yang mereka rasakan terhadap kondisi anaknya yang autis. Meskipun pada awalnya mereka merasakan kesedihan, namun mereka tetap berusaha memberikan perhatian, kasih sayang, dukungan pada anak mereka dan berusaha mendampingi dalam proses terapi.. Disamping itu, ketiga subyek sering berbagi informasi, saling membantu dan peduli kepada orang tua yang memiliki anak autis di Taman Pelatihan Harapan. Ketiga subyek juga merasa kasihan melihat anak-anak yang berkebutuhan khusus namun mereka lebih bersyukur karena kondisi anaknya tidak parah dibandingkan anak-anak yang lain.

Menurut Reivich dan Shatte (dalam Mumun, 2010), seseorang yang memiliki kemampuan berempati cenderung memiliki hubungan sosial yang positif. Hal ini terlihat dari apa yang dilakukan oleh ketiga subyek dimana mereka peduli kepada anak yang berkebutuhan khusus lainnya sehingga mereka selalu berbagi informasi kepada orang tua yang memiliki anak autis.

Dari penelitian ini, peneliti menemukan bahwa salah satu faktor yang mendukung individu untuk menjadi resilien adalah faktor religiusitas. Hal ini ditunjukkan oleh ketiga subyek yang selalu berserah kepada Sang Pencipta serta rasa syukur atas anak yang Tuhan titipkan kepada mereka walaupun memiliki keterbatasan. Selain itu dapat membuat subyek berbesar hati untuk mampu menerima anak mereka dengan segala keterbatasan yang dimiliki, karena hal tersebut mereka dapat bangkit dan melawan

keterpurukan yang mereka rasakan sebelumnya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, peneliti dapat menyimpulkan bahwa ada beberapa hal yang berkaitan dengan hasil penelitian, yaitu:

1. Pada saat mendengar diagnosa dari pihak profesional bahwa anak mereka mengalami gangguan autis, ketiga subyek terkejut, terpuruk, dan tidak menyangka anak mereka akan mengalami gangguan tersebut. Namun seiring berjalannya waktu ketiga subyek mampu menerima kondisi dan berusaha untuk memberikan penanganan yang terbaik untuk anak mereka yang mengalami gangguan autis
2. Ketiga subyek juga mampu bangkit kembali dan berusaha menemukan cara untuk maju kedepan setelah mengalami kenyataan bahwa mereka memiliki anak autis yang berbeda dengan anak yang lainnya atau tidak sesuai dengan harapan ketiga subyek.
3. Optimis dan keyakinan yang dimiliki oleh ketiga subyek menumbuhkan niat dari dalam hati mereka untuk bangkit dari keterpurukan dan selalu berpikir positif kelak anak mereka akan menjadi lebih baik, sehingga mampu untuk melewati kesulitan yang mereka alami.
4. Ketiga subjek memiliki keyakinan akan kemampuan diri dan harapan positif terhadap anaknya. Mereka merasa yakin dapat memberikan yang terbaik untuk anaknya dengan tetap berusaha mencari tahu dan meningkatkan keterampilan dalam menangani anaknya serta ikut terlibat dalam proses terapi sehingga mereka bisa mengetahui perkembangan anaknya dengan baik.
5. MK menerima kondisi puteri bungsunya dan mampu untuk menganalisis penyebab dari gangguan yang dimiliki oleh anaknya sehingga ia tidak menyalakan dirinya dan orang lain atas gangguan yang dialami oleh anaknya. Berbeda dengan EL dan NR, mereka kurang mampu untuk menganalisis penyebab anak mereka mengalami gangguan autis sehingga mereka cenderung untuk menyalakan diri dan orang lain.
6. Ketiga subyek mampu memaknai kejadian yang dialami oleh anak mereka. Banyak pembelajaran yang mereka peroleh dari kejadian tersebut sehingga mereka menjadi lebih optimis untuk berusaha mencari penanganan yang terbaik agar kelak masa depan anak mereka akan lebih baik.
7. Ketiga subyek peduli kepada anak yang berkebutuhan khusus lainnya sehingga mereka selalu berbagi informasi kepada orang tua yang memiliki anak autis.
8. Salah satu faktor yang mendukung individu untuk menjadi resilien adalah faktor religiusitas. Hal ini ditunjukkan oleh ketiga subyek yang selalu berserah kepada Sang Pencipta yang membuat para subyek berbesar hati untuk menerima anak mereka dengan segala keterbatasan yang dimiliki.

DAFTAR PUSTAKA

- Dewi, I. R., Vonny, & Melisa. (2004). "Hubungan Antara Resiliensi Dengan Depresi Pada Perempuan Pasca Pengangkatan Payudara". *Jurnal Psikologi, Volume 2, Nomor 2*.
- Desmita. (2007). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Hartuti & Mangunsong, F. M. (2009). "Pengaruh Faktor-Faktor Protektif Internal dan Eksternal Pada Resiliensi Akademis Siswa Penerima Bantuan Khusus Murid Miskin (BKMM) Di SMA Negeri Di Depok". *Jurnal Psikologi Indonesia, Volume 6, Nomor 2*.
- Hasdianah. (2013). *Autis Pada Anak*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Mumun, S. (2010). "Dinamika Resiliensi Orang Tua Anak Autis". *Jurnal Psikologi, Volume 2, Nomor 1*.
- Nevid, J. (2003). *Psikologi Abnormal*. Jakarta: PT Erlangga.
- Razak, I. (2012). "Religiusitas Dan Resiliensi Pada Remaja Narapidana". *Skripsi*, Universitas Negeri Makassar: Tidak diterbitkan.
- Sari, Y, Mardawan, & Prakoso. 2010. "Program Peningkatan Resilience pada Ibu yang Memiliki anak Autis di Bandung". *Skripsi*. Universitas Islam Bandung: Tidak diterbitkan.
- Williams & Wright. (2007). *Strategi Praktis Bagi Orang Tua dan Guru Anak Autis*. Jakarta: Dian Rakyat.
- Widuri, E. L. (2012). "Regulasi Emosi dan Resiliensi Pada Mahasiswa Tahun Pertama". *Jurnal Humanitas, Volume 9 Nomor 2*.