

# **BAB I PENDAHULUAN**

## **1.1 Latar Belakang**

Membangun sebuah keluarga adalah salah satu rangkaian dari siklus dan tujuan hidup setiap individu normal, baik pria maupun wanita. Salah satu dari esensi membangun sebuah keluarga adalah memiliki keturunan atau anak-anak, karena dengan kehadiran anak tentu akan menjadi pelengkap dalam sebuah keluarga. Menjadi orangtua merupakan pengalaman tersendiri bagi setiap orang, mulai dari membesarkan serta mendidik anak-anaknya hingga menjadi manusia dewasa. Harapan setiap orangtua adalah memiliki keturunan atau anak-anak yang lahir dalam keadaan normal, tidak memiliki kekurangan atau cacat apapun, baik secara fisik maupun mentalnya. Namun demikian, orangtua yang memiliki Anak Berkebutuhan Khusus (ABK), harus menerima kenyataan ketika anak-anaknya harus lahir ke dunia dalam keadaan tidak normal, memiliki kekurangan baik secara fisik maupun mentalnya.

Salah satu sekolah yang memfasilitasi pendidikan untuk anak berkebutuhan khusus di Banten adalah Skh Al – Khairiyah yang berada di Kota Cilegon. Skh Al-Khairiyah berdiri pada tanggal 05 Mei 1975 dengan SK izin operasional awal No. 031/SLB/JP/I/1998 dan disahkan oleh Depdikbud Jabar pada Tanggal 14 Januari 1998, kemudian dirubah pada Tanggal 20 Mei 2010 dengan No. 421.9/129.a-Dispend/2010 yang disahkan oleh Dinas Pendidikan Provinsi Banten. Status kepemilikan sekolah adalah milik Yayasan Al – Khairiyah sehingga sebagian biaya di keluarkan oleh Yayasan. Untuk jenjang pendidikan di Skh Al – Khairiyah ini di mulai dari SD sampai dengan SMA, dengan dewan guru berjumlah 23 guru, siswa sebanyak 120 siswa, dan kelas sebanyak 33 kelas. Berikut ini visi sekolah Skh Al – Khairiyah Cilegon adalah mewujudkan siswa – siswi yang mandiri terampil beriman dan bertaqwa. Sedangkan, misi sekolah Skh Al – Khairiyah Cilegon yang pertama adalah membangun kreatifitas siswa – siswi dalam rangka kegiatan belajar mengajar, kedua adalah membangun nilai – nilai sosial siswa – siswi di sekolah dan masyarakat, ketiga adalah mengembangkan minat dan bakat siswa – siswi dalam bidang seni dan keterampilan, dan yang keempat adalah mendidik siswa – siswi untuk rajin patuh mengamalkan ajaran agama. Hal ini membuat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian di Skh Al-Khairiyah Cilegon dikarenakan disekolah tersebut banyak penyandang anak berkebutuhan khusus dari berbagai jenis kelainan, sekolah tersebut juga sebagian dibiayai oleh Yayasan Al- khairiyah sendiri, sehingga bagi orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus dengan keadaan ekonomi menengah kebawah bisa menyekolahkan anak – anak nya dengan biaya yang terjangkau menyesuaikan kemampuannya.

Dalam penelitian ini, peneliti mengambil subyek salah satu sosok yang dianggap lebih mewakili dalam urusan mengasuh dan mendidik anak dalam kehidupan sehari-hari yaitu sosok seorang Ibu. Disamping itu, ibu memiliki hubungan emosional yang jauh lebih besar, mengandung, melahirkan dan merawat anak sejak lahir hingga tumbuh dewasa. Sudah tentu setiap orangtua,

akan memiliki beragam tanggapan dan perasaan ketika harus menerima sebuah kenyataan bahwa anaknya dilahirkan ke dunia dalam keadaan yang tidak normal. Yang terbayang adalah bagaimana memikirkan masa depan dari anak tersebut, bagaimana pendidikannya, bagaimana sosialisasi dengan lingkungannya dan masih banyak lagi pertanyaan-pertanyaan yang muncul ketika mengetahui anaknya lahir dalam keadaan tidak normal.

Pada akhirnya setiap orangtua, akan memiliki beragam tanggapan dan perasaan ketika harus menerima sebuah kenyataan bahwa anaknya dilahirkan ke dunia dalam keadaan yang tidak normal. Menyalahkan situasi tentu tidak mungkin, karena itu adalah takdir dan kuasa Tuhan Yang Maha Esa. Hal terbaik yang harus dilakukan adalah belajar bagaimana harus menerima keadaan dengan penuh keikhlasan, apa yang telah digariskan oleh Tuhan Yang Maha Esa, dan bagaimana menyiapkan diri secara mental dan fisik untuk mengasuh dan mendidik sang anak yang memiliki kebutuhan khusus. Anak Berkebutuhan Khusus adalah anak dengan karakteristik khusus yang berbeda dengan anak pada umumnya tanpa selalu menunjukkan pada ketidakmampuan mental, emosi atau fisik. Istilah lain bagi anak berkebutuhan khusus adalah anak luar biasa dan anak cacat.

Salah satu wujud dari kebahagiaan adalah lahirnya seorang anak dalam sebuah keluarga, bahkan anak dikatakan sebagai salah satu faktor yang mempengaruhi stabilitas pernikahan. Ketika seorang ibu sedang mengandung, tentunya ia mengharapkan anak yang ada dalam kandungannya lahir dengan sehat dan sempurna. Biasanya sejak anak masih dalam kandungan para orangtua mencoba membayangkan dan menggambarkan anaknya secara fisik dan mulai merencanakan apa yang dapat mereka lakukan untuk memberikan yang terbaik bagi anak mereka. Tidak semua anak lahir dengan kondisi yang sehat dan sempurna, beberapa dari mereka terlahir dengan memiliki keterbatasan atau ketidak-mampuan, baik fisik maupun psikis. Terdapat kekurangan fisik ataupun kelainan mental. Namun pada kenyataannya, tidak semua orangtua yang memiliki anak dengan keterbatasan fisik atau mental merasakan kebahagiaan, melihat kondisi anaknya yang tidak sempurna. Kelainan fisik dan mental inilah yang disebut dengan Anak Berkebutuhan Khusus (ABK).

Menurut Seligman (dalam Pratiwi, 2017) kebahagiaan adalah keadaan dimana seseorang lebih banyak mengenang peristiwa-peristiwa yang menyenangkan daripada yang sebenarnya terjadi dan mereka lebih banyak melupakan peristiwa buruk. Kebahagiaan merupakan suatu istilah yang menggambarkan perasaan positif (seperti ekstase dan kenyamanan) serta kegiatan positif tanpa unsur perasaan sama sekali (seperti keterserapan dan keterlibatan).

Berdasarkan penjelasan di atas, bahwa kebahagiaan sangat dibutuhkan khususnya bagi orangtua yang memiliki anak yang berkelainan fisik maupun mental atau yang biasa disebut dengan *difabel* untuk memberikan perhatian dan kasih sayangnya kepada anaknya. Keadaan psikologis yang baik akan menimbulkan emosi yang positif yang akan memperkuat mereka dalam menjalani hidup, menyediakan jalan menuju kehidupan yang gembira, bahagia, dan memuaskan. Emosi positif akan melahirkan suatu rasa bahagia. Orangtua dengan anak berkebutuhan khusus yang bahagia pasti akan merasa baik tentang dirinya

sendiri, memiliki harga diri yang tinggi, pengendalian diri dengan sikap terbuka. Karakteristik yang menonjol pada orang yang bahagia adalah memiliki rasa optimis dan harapan. Orang yang bahagia selalu berpikir positif terhadap kehidupan mereka dan dapat menerima apa yang terjadi di hidupnya.

Tingkat kebahagiaan yang dimiliki seseorang dapat dipengaruhi oleh penerimaan dirinya. Hal ini diungkapkan dalam studi yang dilakukan oleh Marinic (dalam Pratiwi, 2017) menyebutkan bahwa kebahagiaan dapat diperoleh apabila individu merasa puas akan dirinya serta penerimaan diri yang di dapat dari lingkungan sosialnya. Marinic juga menjelaskan kebahagiaan dan kepuasan akan digunakan untuk berhadapan dengan situasi kehidupannya. Studi lain dilakukan oleh Brickman, Coates, dan Bullman (dalam Pratiwi, 2017) yang menunjukkan bahwa kebahagiaan diperoleh setelah individu menerima kondisi dirinya terlebih dahulu. Tingkat penerimaan orangtua dalam menerima anak dengan berkebutuhan khusus sangat dipengaruhi oleh tingkat kestabilan dan kematangan emosinya, pendidikan, status sosial ekonomi, jumlah kestabilan keluarga, struktur dalam keluarga, dan kultur turut melatarbelakanginya.

Menurut Hall & Lindzey (dalam Pratiwi, 2017), Penerimaan Diri adalah keadaan yang disadari oleh seseorang untuk menerima begitu saja kondisi dirinya tanpa berusaha mengembangkan diri lebih lanjut, dan menerima diri berarti telah mengenali dimana dan bagaimana dirinya saat ini. Selain itu, ketika orangtua tidak mampu menerima kenyataan yang dihadapi bahwa anaknya memiliki kebutuhan khusus, atau tidak memiliki penerimaan diri yang baik, bisa menimbulkan dampak negatif. Dampak negatif tersebut bisa berimbas kepada orangtua maupun terhadap anaknya. Terhadap orangtua bisa berdampak terhadap kondisi psikisnya, yaitu mereka tidak mudah menerima kenyataan, merasa bingung, *shock* dan bahkan merasa tertuduh karena memiliki pemikiran yang salah bahwa seolah anak yang lahir abnormal adalah akibat dari perbuatan dosa-dosa orangtuanya, sehingga pasangan bisa saling menyalahkan dan saling bertengkar.

Penerimaan diri tidak bisa di dapatkan secara instan, melainkan melalui suatu proses yang panjang dalam rentang kehidupannya. Penerimaan yang tinggi, memungkinkan individu untuk dapat menikmati kebahagiaan dan kepuasan atas apa yang telah diperolehnya, tetapi hal tersebut akan sulit dirasakan oleh individu yang tidak bisa menerima setiap kekurangan yang ada pada dirinya. Penerimaan diri yang dimiliki oleh setiap individu tidak selalu sama. Dalam satu situasi yang sama, suatu individu dapat merasa yakin untuk dapat mengerjakan tugas yang ada, namun individu lain dapat saja merasa tidak mampu untuk dapat mengerjakan tugas yang ada. Penerimaan lingkungan secara positif akan mempengaruhi bagaimana individu tersebut melihat dirinya serta mengetahui kelemahannya dan tidak mencela kelemahan yang ada pada dirinya yang akan membuat individu menjadi lebih mandiri dalam berbagai hal. Anak yang memiliki kecacatan fisik yang biasa disebut anak berkebutuhan khusus baik itu dari lahir maupun karena suatu insiden (kecelakaan) membutuhkan perhatian khusus dari orangtua agar timbul sikap percaya diri, menjadi anak yang mandiri, dapat lebih produktif, memilih kehidupan yang layak, serta merasa aman dan terlindungi. Untuk dapat membangun rasa percaya diri dan kemandirian pada anak, terlebih dahulu para orangtua harus dapat memahami kekurangan yang terdapat dalam diri anak-anak

mereka, yaitu ketidaklengkapan anggota fisik. Tidak mudah bagi orangtua yang anaknya menyandang berkebutuhan khusus untuk mengalami fase ini, sebelum akhirnya sampai pada tahap penerimaan (*acceptance*). Ada masa orangtua merenung dan tidak mengetahui tindakan tepat apa yang harus diperbuat.

Seorang ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus atau penyandang cacat fisik ataupun mental sangat membutuhkan penerimaan diri yang baik dalam hidupnya agar tercipta kebahagiaan yang akan berdampak pada cara dari orangtua tersebut dalam mengasuh dan mendidik anaknya. Ibu yang memiliki penerimaan diri yang tinggi dan merasa bahagia akan sangat mempengaruhi tumbuh kembang anak yang menyandang cacat fisik, bagaimana ibu tersebut dapat memberikan gambaran yang positif terhadap kondisi anaknya yang akan menimbulkan rasa percaya diri pada anak berkebutuhan khusus dan dapat mengoptimalkan potensi yang mereka miliki. Kemudian ibu yang memiliki penerimaan diri yang tinggi maka ia akan tetap menerima dengan lapang dada, optimis dalam menjalani kehidupannya dengan baik, tetap mengasuhnya seperti anak normal pada umumnya dan tidak menjadikan dirinya malu, akan tetap sabar, menjaga dan merawatnya walaupun memiliki Anak yang Berkebutuhan Khusus (ABK). Namun seseorang yang memiliki penerimaan diri yang rendah ia tidak mampu untuk menjalani kehidupannya, lebih banyak menyesal, merasa tertekan, sedih dan mudah tersinggung karena memiliki Anak yang Berkebutuhan Khusus (ABK), sehingga subjek dalam menjalani kehidupannya dengan rasa pesimis dan banyak mengeluh dan dijadikan sebagai beban hidup. Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian dari Urim (dalam Lestiani, 2016) yang menyatakan bahwa penerimaan diri adalah salah satu inti dari kebahagiaan pada setiap individu.

Menurut hasil studi pendahuluan yang dilakukan dengan cara wawancara kepada orangtua terutama ibu – ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus mengatakan pada fase awal mereka memilih untuk menutup diri mengenai keadaan anaknya kepada tetangga, teman, bahkan kepada keluarga dekat sekalipun, kecuali pada dokter yang menangani anaknya. Sedangkan yang lainnya, mengungkapkan merasakan cemas akan kondisi yang dihadapi anaknya kelak. Seperti hasil wawancara dibawah ini yang dilakukan pada hari Rabu, tanggal 10 April 2019 di Skh Al - Khairiyah, Kota Cilegon. Wawancara dilakukan terhadap seorang ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus, dengan inisial U (47 tahun), pekerjaan ibu rumah tangga. Anaknya seorang perempuan usia 13 tahun, bungsu dari 3 bersaudara, yang memiliki gangguan *downsyndrome*. Ibu tersebut menuturkan tentang perasaannya, bahwa dia merasakan sangat sedih serta tidak menyangka dengan kondisi anaknya.

*“saya merasa sedih banget mba waktu tahu anak saya punya kelainan, saat itu usianya satu tahun lebih. Saya kok merasa ada yang beda sama anak saya, saya kan sebelumnya sudah punya anak dua mba, jadi saya tahu ketika anak yang ketiga ini ada perbedaan dalam perkembangannya. Terus saya periksa ke dokter, dan dokter bilang anak saya memang ada kelainan. Saya menangis terus mba rasanya belum bisa menerima melihat anak saya berbeda dengan kakak – kakaknya. Saya sedih kenapa tidak bisa seperti kakaknya tumbuh normal. Tapi lama – lama saya mencoba*



*untuk nerima kenyataan ini mba. Saya justru malah merasa lebih sayang sama anak ini mba, saya kasihan melihat anak saya dibandingkan dengan kakak – kakaknya.”*

Selain itu, seorang ibu lainnya dengan inisial M (54 tahun), pekerjaan ibu rumah tangga, yang memiliki anak perempuan penderita *downsyndrome*, berusia 17 tahun, bungsu dari 4 bersaudara. Dia menuturkan awalnya tidak mengetahui jika putrinya tersebut menderita *downsyndrome*. Dia mengetahuinya setelah masuk usia SD, ternyata sang anak tidak bisa mengikuti pelajaran yang diberikan, dan akhirnya harus dipindahkan ke SLB. Saat itulah dia merasa sangat sedih, menyadari anaknya memiliki perbedaan dengan anak-anak lainnya, bahkan sering menangis ketika mengantar anaknya bersekolah di SLB. Dia juga menceritakan bahwa anaknya mampu mandiri, merawat dirinya sendiri, tetapi tidak mampu untuk berpikir apapun secara logis.

*“awalnya tidak sadar mba kalau anak saya itu memiliki kelainan. Itu juga karena guru SD nya saja yang bilang sama saya untuk memeriksakan anak saya ke dokter ketika melihat anak saya berbeda dengan anak – anak lainnya, tidak dapat mengikuti pelajaran di kelas. Lalu saya coba periksa ke dokter, awalnya dokter juga sudah bilang kalau anak saya ada kelainan, tapi dokter menyuruh saya untuk memeriksakan lagi ke psikolog supaya lebih yakin. Akhirnya saya pergi ke psikolog, dan benar bahwa memang anak saya mengalami gangguan downsyndrome. Guru SD nya meminta saya untuk memindahkan anak saya ke SLB, saya sedih sekali rasanya mba, saya nangis gak berhenti – berhenti, gak napsu makan, lemes bengong saja mba, tidak percaya rasanya. Awal – awal mulai sekolah di SLB saya setiap hari nangis begitu baru masuk gerbang sekolah ini, berat sekali rasanya kaki saya melangkah kesini sampai suami saya selalu ikut nemenin saya mengantar anak saya. Sekarang sih sudah terbiasa mba, suami jg sudah tidak ikut mengantar, setiap hari saya sendiri nemenin anak saya sekolah.”*

Dari pernyataan responden diatas, terlihat bagaimana ia sangat terpukul dan kecewa ketika mengetahui anak yang ia kandung terlahir dalam kondisi yang tidak sempurna. Mereka tidak berani melihat anaknya karena merasa bersalah telah melahirkannya dalam kondisi yang tidak sempurna. Sampai pada akhirnya rasa bersalah itu semakin kuat saat ia mengakui bahwa ia sangat menyayangi anaknya, hal itu yang membuatnya belajar untuk tidak menyalahkan dirinya sendiri. Banyak dampak negatif yang dirasakan oleh para orangtua dengan anak berkebutuhan khusus, baik secara fisik maupun psikologis. Oleh sebab itu dibutuhkan penerimaan diri yang positif terhadap dirinya sendiri yang dapat menerima keadaan dirinya dirinya secara tenang, dengan segala kelebihan dan kekurangannya. Mereka bebas dari rasa bersalah, rasa malu, dan rendah diri karena keterbatasan diri serta bebas dari perasaan cemas akan penilaian dari orang lain terhadap keadaan dirinya. Seseorang dikatakan mampu melakukan penerimaan diri apabila dalam mengatasi tekanan hidup mereka menunjukkan

respon yang tepat. Secara lebih jelasnya, orangtua yang memiliki penerimaan diri yang baik dia akan memiliki gambaran dirinya yang positif, yang ditandai dengan memahami dan menerima fakta-fakta yang ada dan mereka dapat menyesuaikan diri sehingga evaluasi tentang dirinya juga positif.

Individu yang mempunyai penerimaan diri yang baik menunjukkan sikap menyayangi dirinya dan juga lebih memungkinkan untuk bisa menyayangi orang lain, sedangkan individu yang penerimaan dirinya rendah maka cenderung membenci dirinya dan lebih memungkinkan untuk membenci orang lain. Rendahnya penerimaan diri pada ibu anak berkebutuhan khusus selain menyebabkan merasa tidak nyaman dengan kondisinya, juga dapat menyebabkan kurang memperhatikan perkembangan dan pertumbuhan anaknya. Penerimaan diri yang rendah akan menyulitkan ibu dalam merawat anak, bahkan dapat juga menyembunyikan anak dengan tidak disuruh bermain dengan anak-anak lainnya agar tidak dicemooh oleh orang lain. Penerimaan diri yang tinggi tidak akan merasa ragu-ragu untuk mengekspos segala perasaan, pikiran, pendapat, dan idenya secara langsung, jujur, dan terbuka terhadap orang lain tanpa takut dinilai jelek atau salah dan memandang positif dalam segala hal. Ciri penerimaan diri yang tinggi tersebut menunjukkan adanya kebahagiaan di dalamnya. Idealnya orangtua dengan anak berkebutuhan khusus mampu mengembangkan rasa percaya diri dengan baik, dengan munculnya rasa percaya diri berarti orangtua sudah dapat menerima kondisi yang ada sehingga akan merasa nyaman dan bahagia dalam mengasuh dan membesarkan anaknya yang berkebutuhan khusus. Ibu yang dapat menerima kondisi anaknya diharapkan dapat memotivasi dalam mendidik dan merawat anak.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat dikatakan bahwa ibu yang sehat secara psikologis dan yang dapat digolongkan sebagai orang yang menerima diri adalah orang yang selalu terbuka terhadap setiap pengalaman serta mampu menerima setiap kritikan dan masukan dari orang lain, dengan demikian individu akan lebih mudah untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya yang akan berdampak pada perasaan tenang dan bahagia, karena orang yang bahagia adalah mereka yang mampu menghargai diri sendiri, bangga terhadap dirinya, dan bersifat terbuka. Kebahagiaan individu dimulai dari kemampuan dalam menghargai dirinya dan menerima diri sendiri apa adanya. Individu akan hidup apa adanya dan tidak menutup dirinya, sadar akan kelemahan dan kelebihan serta merasa bangga terhadap dirinya. Semakin tinggi penerimaan diri maka semakin tinggi kebahagiaan ibu terhadap anak berkebutuhan khusus..

Terdapat beberapa penelitian dengan tema yang sama yaitu penerimaan diri dengan kebahagiaan, seperti penelitian yang dilakukan oleh Lestiani (2016) yang meneliti tentang hubungan penerimaan diri dan kebahagiaan pada karyawan dengan jumlah subjek sebanyak 80 orang karyawan. Selanjutnya, penelitian oleh Ananda (2016) yang meneliti tentang hubungan penerimaan diri dan kebahagiaan orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus ditinjau dari jenis kelamin. Penelitian tersebut menggunakan 64 subjek laki-laki dan 88 subjek perempuan berusia 35-60 tahun dengan hasil adanya hubungan yang signifikan antara penerimaan diri dan kebahagiaan tetapi tidak memiliki pengaruh terhadap jenis kelamin. Dari penelitian tersebut, perbedaan yang terdapat dalam penelitian ini

dengan penelitian sebelumnya ialah adanya perbedaan subjek dimana penelitian ini menggunakan ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus sebagai subjek penelitian. Selain itu dalam penelitian ini tidak menspesifikasikan jenis kelamin sebagai kriteria subjek melainkan menggunakan usia ibu, pekerjaan ibu, pendidikan ibu, dan jenis anak berkebutuhan khusus yang ada. Perbedaan lokasi juga menjadi perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian sebelumnya. Kemudian dari hasil wawancara peneliti terhadap salah satu ibu di sekolah tersebut mengatakan bahwa mendapatkan perubahan yang baik terhadap anaknya sangatlah sulit karena anak tersebut tidak menunjukkan perubahan apapun termasuk perilakunya, sehingga subjek memutuskan untuk tidak lagi menyekolahkan anak subjek dengan alasan tidak adanya perubahan dan membiarkan anak subjek hanya beraktivitas di dalam rumah.

Berdasarkan pemaparan diatas, peneliti tertarik untuk meneliti hubungan penerimaan diri dan kebahagiaan pada ibu dengan anak berkebutuhan khusus.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Adakah hubungan antara penerimaan diri dengan kebahagiaan ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus?
2. Bagaimana tingkat penerimaan diri orangtua dengan anak berkebutuhan khusus?
3. Bagaimana tingkat kebahagiaan pada orangtua dengan anak berkebutuhan khusus?

## 1.3 Tujuan dan Manfaat Penelitian

### 1.3.1 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan dari penelitian ini, yaitu sebagai berikut:

1. Mengetahui hubungan antara penerimaan diri dengan kebahagiaan orangtua dengan anak berkebutuhan khusus.
2. Mengetahui tingkat penerimaan diri orangtua dengan anak berkebutuhan khusus.
3. Mengetahui tingkat kebahagiaan pada orangtua dengan anak berkebutuhan khusus.

### 1.3.2 Manfaat Penelitian

1. **Manfaat teoritis.** Manfaat teoritis yang ingin dicapai adalah untuk mendapatkan pengetahuan yang lebih mendalam tentang ilmu Psikologi, khususnya di bidang Psikologi klinis yang membahas tentang penerimaan diri dengan kebahagiaan seorang ibu yang memiliki anak kebutuhan khusus (ABK).

2. **Manfaat praktis.** Manfaat praktis yang ingin dicapai adalah agar para ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus bisa mengambil manfaat dari studi yang dilakukan. Khususnya untuk membangkitkan kebahagiaan dalam mengasuh anaknya yang berkebutuhan khusus, hingga dewasa.

#### 1.4 Kerangka Berpikir

##### 1.4.1 Deskripsi Kerangka Berfikir

Setiap keluarga pasti memiliki konsep anak impian ketika anak masih belum lahir. Berbagai hal telah disiapkan dengan baik, termasuk pola asuh yang akan diterapkan. Semua orangtua berharap anaknya akan lahir dengan sehat dan normal. Tetapi ketika anak lahir dan diagnosa anak memiliki kebutuhan khusus, sebagai orangtua akan *shock* dan mengalami beberapa fase lainnya seperti perasaan sedih atau depresi, tidak siap mental dan tidak siap untuk mendidik anak khususnya ibu yang bertugas merawat anak dan memiliki lebih banyak waktu dengan anak. Semua yang telah dipersiapkan dan diharapkan berbeda dengan kenyataan yang terjadi. Butuh waktu untuk menerima keadaan, karena hal itu sulit. Ketika ibu tidak dapat mencapai tahapan penerimaan, maka akan semakin merugikan anak yang seharusnya mendapatkan penanganan yang lebih cepat.

Keadaan psikologis yang buruk akan membuat mereka tidak dapat bertahan dalam masalah yang dihadapi. Banyak keluarga yang merasa sedih karena harapan dan impian mereka akan masa depan anak harus tertunda setelah mengetahui anaknya terdiagnosa sebagai sebagai anak berkebutuhan khusus (Rogers dalam Pratiwi, 2017). Beberapa orang melihat hal ini sebagai tekanan yang membuat orangtua menjadi depresi. Tanggapan orangtua terhadap salah satu anggota keluarga yang mengalami kelainan psikologis akan mempengaruhi sikap yang dilakukan orangtua terhadap individu tersebut, selain itu persepsi orangtua mengenai konsep keluarga idaman yang terbentuk secara turun temurun akan didasarkan pada gambaran keluarga ideal, dalam hal ini adalah kondisi anak sebagai anak sempurna yang normal dan berkembang dengan baik (Hurlock dalam Pratiwi, 2017), kemudian sebelum mencapai tahap penerimaan diri individu akan melalui beberapa tahap, salah satunya adalah *denial* (penolakan) tahap ini dimulai dari rasa tidak percaya saat menerima diagnosa dari seorang ahli. Sebaliknya, keadaan psikologis yang baik pada orangtua dengan anak berkebutuhan khusus menimbulkan emosi yang positif yang akan memperkuat mereka menjalani hidup, menyediakan jalan menuju kehidupan gembira, bahagia, dan memuaskan). Emosi positif juga dapat menolong seseorang dalam memecahkan masalah dan menemukan pilihan yang baik dalam pengambilan keputusan. Penerimaan diri yang baik akan menangkal emosi negatif yang muncul karena dapat menerima diri dengan apa adanya akan melahirkan suatu rasa bahagia. Orangtua dengan anak berkebutuhan khusus yang bahagia pasti merasa kebaikan tentang dirinya sendiri, memiliki harga diri yang tinggi, pengendalian diri dengan sikap terbuka.

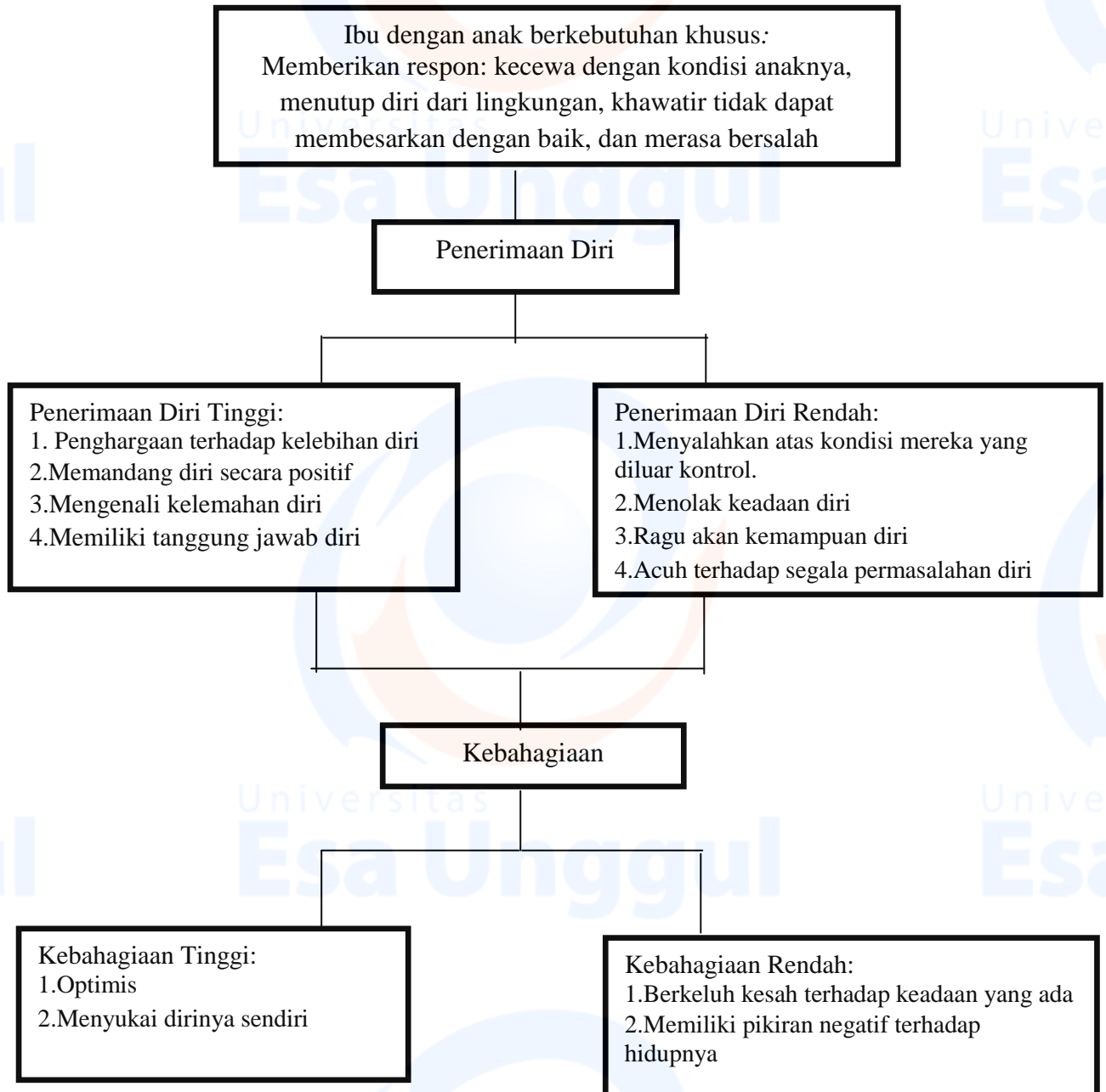
Individu yang mempunyai penerimaan diri yang baik menunjukkan sikap menyayangi dirinya dan juga lebih memungkinkan untuk bisa menyayangi orang



lain, sedangkan individu yang penerimaan dirinya rendah maka cenderung membenci dirinya dan lebih memungkinkan untuk membenci orang lain. Rendahnya penerimaan diri pada ibu anak berkebutuhan khusus selain menyebabkan merasa tidak nyaman dengan kondisinya, juga dapat menyebabkan kurang memperhatikan perkembangan dan pertumbuhan anaknya. Penerimaan diri yang rendah akan menyulitkan ibu dalam merawat anak, bahkan dapat juga menyembunyikan anak dengan tidak disuruh bermain dengan anak-anak lainnya agar tidak dicemooh oleh orang lain. Penerimaan diri yang tinggi tidak akan merasa ragu-ragu untuk mengekspresikan segala perasaan, pikiran, pendapat, dan idenya secara langsung, jujur, dan terbuka terhadap orang lain tanpa takut dinilai jelek atau salah dan memandang positif dalam segala hal.

Ibu yang sehat secara psikologis dan yang dapat digolongkan sebagai orang yang menerima diri adalah orang yang selalu terbuka terhadap setiap pengalaman serta mampu menerima setiap kritikan dan masukan dari orang lain, dengan demikian individu akan lebih mudah untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya yang akan berdampak pada perasaan tenang dan bahagia, karena orang yang bahagia adalah mereka yang mampu menghargai diri sendiri, bangga terhadap dirinya, dan bersifat terbuka. Kebahagiaan individu dimulai dari kemampuan dalam menghargai dirinya dan menerima diri sendiri apa adanya. Individu akan hidup apa adanya dan tidak menutup dirinya, sadar akan kelemahan dan kelebihanannya serta merasa bangga terhadap dirinya. Semakin tinggi penerimaan diri maka semakin tinggi kebahagiaan ibu terhadap anak berkebutuhan khusus..

#### 4.2` Bagan Kerangka Berpikir



Gambar 1.1 Bagan kerangka berpikir

Berdasarkan gambar kerangka berpikir penelitian di atas, dapat dilihat bahwa penerimaan diri berkorelasi terhadap kebahagiaan. Digambarkan bahwa penerimaan diri yang tinggi, dilihat dari karakteristik orang yang tahu akan kelebihan dan kelemahan dirinya, penghargaan terhadap kelebihan diri, memandang diri secara positif, mengenali kelemahan diri, memiliki rasa tanggung jawab yang akan berdampak pada tingginya rasa bahagia yang dimiliki. Kebahagiaan ditandai dengan individu yang menyukai dirinya sendiri, bersifat dan optimis. Sebaliknya, jika penerimaan diri itu rendah yang digambarkan dengan menyalahkan atas kondisi mereka yang diluar kontrol, menolak keadaan diri, ragu akan kemampuan diri, acuh terhadap segala permasalahan diri, maka akan mempengaruhi kebahagiaan pada diri yang rendah juga.

### 1.5 Hipotesis

Berdasarkan landasan teori yang telah dijelaskan di atas, maka hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini adalah “Ada hubungan positif antara penerimaan diri dengan kebahagiaan pada seorang ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus”. Artinya, semakin tinggi penerimaan diri yang dimiliki ibu, maka semakin tinggi pula kebahagiaan yang dirasakan. Sebaliknya, semakin rendah tingkat penerimaan diri ibu, maka semakin rendah kebahagiaan yang dirasakan oleh orangtua dengan anak berkebutuhan khusus.