STRATEGI COPING STRESS PADA ORANG TUA YANG MEMILIKI ANAK AUTISME DI PUSAT LAYANAN AUTIS GORONTALO

Renaldi Ointu[1], Lenny Syamsuddin [2], Salahuddin Liputo [3]

[1,2,3]*Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Gorontalo*

ABSTRACT

RENALDI OINTU. *Stress Coping Strategies for Parents of Children with Autism at the Gorontalo Autism Service Center. Supervised by* LENNY SYAMSUDDIN *as chairman and* SALAHUDIN LIPUTO *as member.*

This research aims to find out how to deal with stress coping strategies for parents who have children with autism at the Autism Service Center of Gorontalo Province. This research design uses qualitative research with a qualitative descriptive approach. The respondents were parents who had children with autism at the Gorontalo Autism Service Center, there are 4 parents. The findings showed children's tantrums often require parents to be patient, calm and always restrain themselves therefore as not to vent their emotions on their autistic children. It can be concluded the coping strategies for parents who have children with autism is explain 5 aspects, namely social support, positive interpretation, acceptance, rejection and religious aspects. The four respondents were selected based on research characteristics determined by the researcher.

Keywords: Autism, Stress Coping Strategy

ABSTRAK

RENALDI OINTU. Strategi *Coping Stress* Pada Orang Tua Yang Memiliki Anak *Autisme* Di Pusat Layanan Autis Gorontalo. Dibimbing oleh LENNY SYAMSUDDINsebagai ketua dan SALAHUDIN LIPUTO sebagai anggota.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Bagaimana Strategi *Coping Stress* Pada Orang Tua Yang Memiliki Anak *Autisme* Di Pusat Layanan Autis Provinsi Gorontalo. Desain penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif kualitatif. Responden Penelitian ini adalah orang tua yang memiliki anak *autisme* di Pusat Layanan Autis Gorontalo yang berjumlah 4 orang tua. Hasil temuan diperoleh perilaku anak yang tantrum, seringkali membuat orang tua harus banyak sabar, tenang dan selalu menahan diri agar tidak melampiaskan emosinya pada anaknya yang autis. Dapat disimpulkan strategi *coping* pada orang tua yang memiliki anak *autisme* dalam peneltian ini menjelaskan tentang 5 aspek yaitu aspek dukungan sosial, interpretasi positif, penerimaan, penolakan, dan religius. Keempat responden yang dipilih berdasarkan karakteristik penelitian yang telah ditentukan oleh peneliti.

Kata Kunci: *Autisme*, Strategi *Coping Stress*

A. PENDAHULUAN

Gejala *autisme* biasanya sudah tampak sebelum anak berusia 3 tahun, yaitu antara lain dengan tidak adanya kontak mata dan tidak menunjukkan respons terhadap lingkungan. *Autisme* bukanlah gejala penyakit tetapi berupa *syndrom* (kumpulan gejala) dimana terjadi penyimpangan perkembangan sosial, kemampuan berbahasa dan kepedulian terhadap sekitar, sehingga anak *autisme* hidup dalam dunianya sendiri. (Fhatri, 2019).

Kebiasaan anak-anak autis sangat terganggu secara fisik maupun mental, bahkan seringkali menjadi anak-anak yang terisolir dari lingkungannya dan hidup dalam dunianya sendiri dengan berbagai gangguan mental dan perilaku. Perilaku itu biasanya, sering bersikap semaunya sendiri tidak mau diatur, perilaku tidak terarah (mondar-mandir, lari-lari, manjat-manjat, berputar-putar, lompat-lompat, teriak-teriak, agresif, menyakiti diri sendiri, tantrum (mengamuk), sulit konsentrasi, perilaku refetitif (Suteja, 2014).

Autisme adalah suatu gangguan perkembangan secara menyeluruh yang mengakibatkan hambatan dalam kemampuan sosialisasi, komunikasi, dan juga perilaku. Gangguan tersebut dari taraf yang ringan sampai dengan taraf yang berat. Gejala autis ini pada umumnya muncul sebelum anak mencapai usia 3 tahun. Pada umumnya penyandang autis mengacuhkan suara, penglihatan ataupun, kejadian yang melibatkan mereka, dan mereka menghindari atau tidak merespon kontak sosial misalnya pandangan mata, sentuhan kasih sayang, bermain dengan anak (Rahayu, 2015).

Keadaan anak-anak yang mengalami gangguan autis sangat memprihatinkan terutama pada masyarakat menengah kebawah. Banyak sekali orang tua yang tidak menyadari bahwa anaknya mengalami gangguan autis. Anak - anak yang mengalami gangguan autis tidak diperlakukan dengan semestinya dengan kondisi yang mengkhawatirkan, hal ini akan sangat memperburuk keadaan anak tersebut karena merasa dirinya dikucilkan bahkan dilingkungan keluarganya sendiri. Semua ini karena informasi tentang autis belum dikenalkan pada semua lapisan masyarakat (Rieskiana, 2021).

Oleh sebab itu, orang tua perlu strategi *coping* dalam mengasuh anak autis. Strategi *coping* diartikan sebagai proses atau cara untuk mengelola dan mengolah tekanan psikis (baik secara eksternal maupun internal) yang terdiri atas usaha baik tindakan nyata maupun tindakan dalam bentuk intrapsikis (peredaman emosi, pengolahan input dalam kognitif) (Ma'rifah, Suryantini, 2018).

Strategi *coping* bagi orang tua yang mengasuh anak berkebutuhan khusus perlu menggunakan *coping* adaptif

untuk memecahkan masalah dengan menggunakan proses kognitif, efektif, psikomotorik seperti berbicara dengan orang lain untuk mencari jalan keluar suatu masalah, belajar dari pengalaman masa lalu, dan membuat berbagai tindakan dalam menangani situasi. Orang tua dengan anak berkebutuhan khusus sering menggunakan *coping maladaptive* yang dapat menimbulkan respon negatif melalui munculnya mekanisme pertahanan diri, respon verbal, muncul perilaku agresif dan penarikan diri (Kurniasih, Basuni, 2020).

B. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif kualitatif. Pendekatan deskriptif kualitatif bertujuan untuk menyajikan gambaran secara lengkap mengenai suatu kejadian atau mengekspos dan mengklarifikasi suatu fenomena yang terjadi (Rusandi & Muhammad Rusli, 2021). Peneliti akan menafsirkan serta menguraikan data yang bersangkutan dengan situasi yang sedang terjadi mengenai strategi *coping* stres pada orang tua yang memiliki anak Autis. Subjek pada penelitian ini yaitu orang tua yang memiliki anak Autis.

Alat bantu yang digunakan untuk pengumpulan data pada penelitian ini adalah: (1) *Guideline Interview* yang berisi daftar pertanyaan yang menjadi pedoman peneliti sesuai dengan tujuan penelitian. (2) *Voice Recorder* yang digunakan untuk merekam hasil wawancara. (3) Dokumentasi dipergunakan untuk melengkapi sekaligus menambah keakuratan, kebenaran data atau informasi yang dikumpulkan dari penelitian yang ada di lapangan serta dapat dijadikan bahan dalam pengecekan keabsahan data.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Strategi *coping stress* pada orang tua yang memiliki anak *autisme* sangatlah penting untuk membantu mengendalikan emosi, mengurangi tingkat *stress* yang dialami orang tua dan sebagai usaha untuk memecahkan permasalahan yang dialami.

Pada penelitian ini, terdapat 4 informan dengan jumlah masing-masing 1 orang informan laki-laki dan 3 orang informan perempuan dengan kelompok usia 32 - 49 tahun. Informan terbanyak pada penelitian ini adalah perempuan. Dan kategori untuk informan penelitian ini yaitu orang tua yang memiliki anak *autisme* di Pusat Layanan Autis Gorontalo.

Setelah dilakukan wawancara pada 4 informan tersebut, hasil yang didapatkan dalam penelitian ini berkaitan dengan *coping stress* pada orang tua yang memiliki anak *autisme* yaitu dukungan sosial, interpretasi positif, penerimaan, penolakan, religius. Keempat responden juga memenuhi aspek-aspek *coping stress.*

Lazarus dan Folkman dalam (Mawarpury et al., 2022) *coping* seringkali didefinisikan sebagai tindakan untuk mengendalikan kondisi lingkungan yang

tidak diinginkan sehingga pada akhirnya dapat menurunkan gangguan psiko-fisiologis yang dialami. Terkait dengan ini, *coping* merupakan suatu respon perilaku yang dipelajari yang berhasil menurunkan kekhawatiran dengan menetralisir suatu bahaya atau kondisi-kondisi yang mengancam.

Dari hasil wawancara keempat responden, dilihat dari aspek dukungan sosial. Dimana keempat responden sama-sama dari pihak keluarganya selalu memberikan dukungan dan semangat kepada orang tua dan anaknya yang autis. McDermott (2008) menegaskan bahwa orang tua yang memperoleh informasi dan dukungan akan berdampak pada keterampilan serta perasaan yakin dan percaya diri dalam menjalankan tugasnya mengasuh anak.

Dari aspek interpretasi positif dari orang tua ada berbagai macam cara dan usaha untuk menghadapi dan mengatasi masalah-masalah yang muncul, baik, selama mendidik ataupun mengasuh. Usaha-usaha tersebut diantaranya dengan mengatur pola makan pada anak, memberikan waktu pada anak agar tantrumnya reda, mendidik anak dengan cara yang baik dan tanpa melampiaskan emosi pada anak. Carver, Scheier, Weintraub (1989) mengatakan aspek interpretasi positif artinya menafsirkan transaksi *stress* dalam hal positif harus memimpin orang itu untuk melanjutkan secara aktif pada masalah-terfokus di tindakan penanggulangan.

Rubin (2004) Penerimaan awal orang tua biasanya menunjukkan sikap stress, kecewa, patah semangat, mencari pengobatan kemana-mana, serba khawatir terhadap masa depan anaknya dan lain-lain, untuk mencapai penerimaan harus melewati beberapa tahap. Penerimaan diri ini mengandaikan adanya kemampuan diri dalam psikologis seseorang, yang menunjukkan kualitas diri. Dari aspek penerimaan, keempat orang tua juga sudah menerima dengan kondisi anak yang didiagnosa autis ini, dilingkungan sekitar pun anak ini diterima dengan baik tanpa ada komentar apapun dari orang lain.

Dari aspek Penolakan, keempat responden dari pihak keluarga maupun lingkungan sekitar tidak ada yang menolak dengan kondisi anak yang autisme ini, melainkan keluarga lebih menerima dan memberikan semangat kepada orang tua agar anak ini bisa terus diterapi. Carver, Scheier, Weintraub (1989) mengatakan aspek penolakan merupakan respon yang kadang-kadang muncul dalam penilaian utama. Hal penolakan ini sering dinyatakan bahwa penolakan berguna, meminimalkan tekanan dan dengan demikian memfasilitasi coping atau bisa dikatakan bahwa penolakan hanya menciptakan masalah tambahan kecuali *stressor* menguntungkan dapat diabaikan.

Menurut Glock & Stark (1986) Religiusitas adalah suatu bentuk kepercayaan adi kodrati dimana didalamnya terdapat penghayatan dalam

kehidupan sehari-harinya dengan menginternalisasikannya ke dalam kehidupan sehari-harinya. Dari aspek religius, keempat orang tua biasanya mempunyai berbagai cara positif untuk mendidik anaknya. Selain usaha positif, beberapa orang tua juga mempunyai cara yang religius. Contohnya dengan mengajarkan anaknya untuk sholat 5 waktu, mengaji dan melakukan hal religius lainnya.

Setelah dilakukan wawancara pada 4 informan tersebut. Hasil yang didapatkan dalam penelitian ini sebagai berikut. Temuan penelitian pertama menunjukkan bahwa kondisi anak yang autis bagi beberapa orang tua seringkali menimbulkan permasalahan. Perilaku anak yang tantrum, seringkali membuat orang tua harus banyak sabar, tenang dan selalu menahan diri agar tidak melampiaskan emosinya pada anaknya yang autis.

Temuan penelitian kedua menunjukkan bahwa cara untuk memecahkan permasalahan yang dihadapi orang tua yang memiliki anak *autisme* yaitu dengan menerapkan *coping stress*. Menurut Lazarus & Folkman (1986) Menyatakan aspek-aspek kemampuan *coping stress* diambil dari dua bagian strategi *coping,* yaitu *Problem Focused Coping* (berfokus pada masalah) dan juga *Emotion Focused Coping* (berfokus pada emosi). *Coping stress* berfokus pada masalah merupakan suatu tindakan yang diarahkan kepada pemecahan masalah. Usaha yang dilakukan orang tua yaitu dengan cara ketika anak diketahui berbeda dengan pertumbuhan anak pada umumnya, yang awalnya bisa diajak untuk berkomunikasi dua arah menjadi susah untuk diajak berkomunikasi dan susah untuk fokus. Hal ini yang membuat orang tua harus langsung memeriksakan nya ke dokter spesialis dan psikolog anak, sehingga anak bisa mendapatkanterapi yang terbaik untuk anaknya. Sedangkan *coping* yang berfokus pada emosi muncul pada saat informan membutuhkan dukungan dari lingkungan sekitar. Dalam hal ini penerimaan keluarga sangat di butuhkan, agar anak yang mengidap *autisme* merasa bahwa dirinya tidak berbeda dan sama seperti anak pada umumnya.

Temuan penelitian ketiga menunjukkan bahwa peran dan penerimaan orang tua terhadap kondisi anak sangatlah penting. Orang tua harus menjadi pendidik dan menjadi pendamping bagi anaknya agar anak tidak merasa bahwa dirinya itu berbeda dengan anak yang lain. Orang tua juga berperan menjadi motivator untuk anaknya, terutama dalam memberikan terapi mandiri pada anak di rumah. Marijani (2003) menyatakan bahwa penerimaan orang tua sangat mempengaruhi perkembangan anak *autisme* dikemudian hari. Sikap orang tua yang tidak dapat menerima kenyataan bahwa anaknya memiliki gangguan autisme akan sangat buruk dampaknya, karena hal tersebut

hanya akan membuat anak *autisme* merasa tidak dimengerti dan tidak diterima apa adanya serta dapat menimbulkan penolakan dari anak (*resentment*) dan lalu termanifestasi dalam bentuk perilaku yang tidak diinginkan.

Temuan penelitian diperkuat dengan penelitian yang dilakukan Zain Nur Choirul Nisa (2017) yang menyatakan bahwa salah satu cara untuk memecahkan permasalahan yang dihadapi orang tua yang memiliki anak autisme yaitu dengan melakukan *coping.*

Berdasarkan pembahasan tersebut, orang tua dalam mengatasi timbulnya permasalahan selama mendidik anak nya yang di diagnosa *autisme* yaitu dengan menggunakan *Coping Stress*. *Coping Stress* digunakan untuk memecahkan masalah atau mencari informasi yang berguna untuk memecahkan masalah. Dan *coping* yang berfokus pada emosi digunakan untuk mengurangi emosi negatif yang dirasakan selama mendidik anak yang didiagnosa *autisme.*

PENUTUP

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan mengenai strategi *coping stress* pada orang tua yang memiliki anak *autisme* di pusat layanan autis provinsi gorontalo, maka peneliti menyimpulkan bahwa: Strategi *coping* pada orang tua yang memiliki anak *autisme* dalam peneltian ini menjelaskan tentang 5 aspek yaitu aspek dukungan sosial, interpretasi positif, penerimaan, penolakan, dan religius. Keempat responden yang dipilih berdasarkan karakteristik penelitian yang telah ditentukan oleh peneliti.

Saran

Berdasarkan hasil pengolahan data dan pembahasan yang telah dilakukan sebelumnya, peneliti menyarankan:

1. Bagi Pusat Layanan Autis

Diharapkan dapat menambah kepustakaan dan pengembangan ilmu serta dapat memberikan masukan tentang bagaimana strategi *coping stress* yang harus dilakukan terhadap anak *autisme*.

2. Bagi Orang Tua

Diharapkan dapat memberikan informasi terhadap semua orang tua yang memiliki anak *Autisme* dan pentingnya strategi *coping stress* untuk orang tua yang memiliki anak autis.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dapat menjadi referensi, dan dapat digunakan sebagai bahan untuk mengembangkan pengetahuan serta bahan perbandingan bagi pembaca yang akan melakukan penelitian selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

Fhatri, Z. (2019). Perspektif Orang tua terhadap Anak *Autisme* dan Peranannya dalam Terapi (Studi Kasus PLA Provinsi Kepulauan Bangka Belitung). *Al-Mudarris (Jurnal Ilmiah Pendidikan Islam)*, *2* (2),154–16.

Kurniasih, Basuni, W. (2020). Koping Stres Orang tua Tua Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus Di SLB ABC Kota Tasikmalaya. Jurnal Keperawatan Galuh, 2(1), 1–8.

Ma'rifah, Suryantini, M. (2018). Strategi Koping Orang Tua Terhadap Anak Autis Dan Pola Asuh Orang Tua. Jurnal STIkes Bina Sehat PPNI Mojokerto, 11(2), 196–204

Mawarpury, M., Maulana, H., Khairani, M., & Fourianalistyawati, E. (2022). Buku Seri Kesehatan Mental Indonesia: Kesehatan Mental di Indonesia Saat Pandemi. Syiah Kuala *University Press*. https://books.google.co.id/books?id=BitfEAAAQBA

Rahayu, S. M. (2015). Deteksi dan Intervensi Dini Pada Anak Autis. In Jurnal Pendidikan Anak (Vol. 3, Issue 1) . https://doi.org/10.21831/jpa.v3i1.20

Rieskiana, F. (2021). Peran Sekolah Inklusi Terhadap Tumbuh Kembang Anak *Autisme*. JEA (Jurnal Edukasi AUD), 7(2), 61. https://doi.org/10.18592/jea.v7i2.465

Rusandi, & Muhammad Rusli. (2021). Merancang Penelitian Kualitatif Dasar/Deskriptif dan Studi Kasus. Al-Ubudiyah: Jurnal Pendidikan Dan Studi Islam, 2(1), 48–60. https://doi.org/10.55623/au.v2i1.1

Suteja, J. (2014). Bentuk Dan Metode Terapi Terhadap Anak *Autisme* Akibat Bentukan Perilaku Sosial. Jurnal Edueksos, III(1), 119–133