

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dalam menjalani kehidupan ini, tentunya seseorang pasti pernah mengalami beberapa masalah. Sesuatu dirasakan atau dinilai sebagai suatu masalah ketika kenyataan tidak sesuai dengan keinginan atau harapan. Akibatnya mereka menganggap kondisi tersebut sebagai sesuatu yang sangat menyedihkan ataupun menyakitkan.

Hal inilah yang coba dilihat oleh psikologi positif, yang berusaha melihat sisi positif sosok manusia. Pendiri psikologi positif, Seligman dalam Arbiyah, dkk (2008) melihat bahwa ditengah ketidakberdayaannya, manusia selalu memiliki kesempatan untuk melihat hidup secara lebih positif. Ia juga menambahkan bahwa sesungguhnya ada jalan keluar dari keadaan yang menghimpit, dimana psikologi positif akan membawa kita pada perasaan-perasaan positif salah satunya adalah kebersyukuran.

Peterson & Seligman (2004), bersyukur adalah rasa berterima kasih dan bahagia sebagai respon penerimaan karunia, baik karunia tersebut merupakan keuntungan yang terlihat dari orang lain atau pun momen kedamaian yang ditimbulkan oleh keindahan alamiah. Bersyukur bisa diasumsikan sebagai keutamaan yang mengarahkan individu dalam meraih kehidupan yang lebih baik.

Orang yang bersyukur adalah seseorang yang menerima sebuah karunia, penghargaan, dan mengenali nilai dari karunia tersebut. Orang yang bersyukur mampu mengidentifikasi diri mereka sebagai seorang yang sadar dan berterima kasih atas anugerah Tuhan, pemberian orang lain, dan menyediakan waktu untuk mengekspresikan rasa terima kasih mereka.

Oleh karena psikologi positif terpusat pada pemaknaan hidup, bagaimana manusia memaknai segala hal yang terjadi dalam dirinya, dimana pemaknaan ini bersifat sangat subyektif. Untuk itulah, pemaknaan hidup yang positif merupakan hal yang sangat penting.

Menurut Frankl (2004), makna hidup adalah arti hidup bagi seseorang manusia. arti hidup yang dimaksudkan adalah arti hidup bukan untuk dipertanyakan, tetapi untuk direspon karena kita semua bertanggung jawab untuk suatu hidup. Respon yang diberikan bukan dalam bentuk kata-kata akan tetapi dalam bentuk tindakan.

Frankl (2004) juga menyatakan bahwa kebermaknaan hidup yang bersifat personal, dapat berubah seiring berjalannya waktu maupun perubahan situasi dalam kehidupan seseorang. Setiap orang bisa memiliki makna hidup yang berbeda-beda setiap waktunya bahkan setiap jam. Oleh karena itu, yang terpenting adalah makna khusus dari hidup seseorang pada saat tertentu, seperti saat memiliki anak autis.

Autis merupakan suatu keadaan yang menyebabkan anak-anak hanya memiliki perhatian terhadap dunianya sendiri (Muhammad, 2007). Ketidakmampuan ini ditandai dengan gangguan dalam komunikasi, indrawi,

interaksi sosial, emosi, dan pola bermain. Gangguan tersebut dapat terlihat ketika mereka di usia kanak-kanak.

Menurut Pedoman Penggolongan Diagnosis Gangguan Jiwa (PPDGJ) III, autis digolongkan dalam golongan gangguan perkembangan yang banyak terjadi di masa kanak-kanak. Sehingga autisme adalah gangguan perkembangan yang kompleks menyangkut komunikasi, interaksi sosial dan aktivitas imajinasi. Autisme yang juga merupakan gangguan perkembangan organik yang mempengaruhi kemampuan anak-anak dalam berinteraksi dan menjalani kehidupannya. Berikut mengenai data perkiraan jumlah anak autis pada tahun 1990-an hingga saat ini.

Tabel 1.1
Data Perkiraan Jumlah Anak Autis

TAHUN	JUMLAH	KETERANGAN
1990-an	10-20 per 10.000 anak	Di Amerika Serikat
2000-an	1 per 150 anak	Di Amerika Serikat
2002	1 dibanding 150 anak	Di Indonesia
2004	475 ribu anak	Di Indonesia, Menteri Kesehatan, 2008 dan Dr.Widodo, 2006
2006	1 dari 150-200 orang anak	Di Indonesia, Menteri Kesehatan, 2008 dan Dr.Widodo, 2006
2010	1 dari 150-200 orang anak	Di Indonesia
2012	1 dari 110 anak satu dari 100	Di Amerika Serikat <i>Centre for Disease Control and Prevention</i> Di Indonesia, <i>Autism Care Indonesia</i>

Berdasarkan data-data jumlah anak autis tersebut, dapat dikatakan bahwa terjadi peningkatan jumlah anak autis pada setiap tahunnya. Peningkatan tersebut menyebabkan banyak orang tua yang khawatir ancaman autis bakal menimpa anaknya. Mereka mulai panik ketika bayi mereka tidak bereaksi ketika dipanggil, sering menangis, tidak ada *eye contact*, tidak tersenyum dan kadang terpukau dengan suatu benda (detikHealth, 2009).

Orang tua memunculkan beragam reaksi emosional ketika pertama kali mengetahui bahwa anaknya memiliki gangguan autisme. Reaksi emosional orang tua berbeda satu sama lain ketika mengetahui diagnosis autis bagi anak mereka. Safaria (2005) menguraikan beberapa reaksi emosi yang sering dialami oleh para orang tua, seperti *shock*, penyangkalan dan merasa tidak percaya, sedih, terlalu melindungi atau kecemasan, menolak keadaan, perasaan tidak mampu dan malu, marah, perasaan bersalah serta berdosa, dan ada pula yang merasa bahwa mereka perlu melangkah setahap demi setahap serta menganggap bahwa perjuangan belum berakhir. Meskipun reaksi awal bervariasi dan kebanyakan adalah reaksi emosi yang negatif, tetapi hal tersebut dapat dikatakan wajar.

Pada umumnya orang tua yang memiliki anak autis akan mengalami stres. Stres terjadi bukan hanya pada ibu tetapi juga pada ayah. Ibu cenderung mengalami perasaan bersalah dan depresi atas ketidakmampuan anaknya dan ibu lebih mudah terganggu secara emosional. Ibu merasa stres karena perilaku yang ditampilkan oleh anaknya seperti tantrum, hiperaktif, kesulitan bicara, perilaku yang tidak lazim, ketidakmampuan bersosialisasi dan berteman.

Berbeda dengan ayah yang juga mengalami stres akan tetapi tidak seberat ibu. Stres pada ayah terjadi karena dampak stres yang dialami oleh ibu. Hal ini dikarenakan peran ayah yang tidak banyak terlibat dalam pengasuhan anak sehari-hari (Cohen & Volkmar dalam Lubis, 2009).

Dalam menerima kehadiran anak dengan gangguan autisme, beragam hal terjadi pada diri orangtua. Orangtua biasanya stres, kecewa, patah semangat, mencari pengobatan keman-mana, serba khawatir terhadap masa depan anaknya dan lain-lain (Widihastuti, 2007). Hal ini diperjelas oleh pendapat menurut Hopes dan Harris dalam Lubis (2009), bahwa orang tua dengan anak autis akan mengalami stres yang lebih besar daripada orang tua dengan anak yang mengalami keterbelakangan mental, ini karena hilangnya respon interpersonal pada anak-anak autisme tersebut. Selain itu, tingkat keparahan dari gejala-gejala autisme merupakan salah satu hal yang mempengaruhi stres orang tua.

Ada perasaan yang cukup berat untuk menerimanya dan juga penuh tantangan untuk dimaknai secara positif, sebelum akhirnya sampai pada tahap memiliki kebermaknaan dalam hidup mereka. Seligman (2002) mengatakan bahwa makna hidup dapat tercapai dengan cara mengaitkan diri pada sesuatu yang lebih besar. Semakin besar entitas tempat untuk menambatkan diri, maka semakin bermakna suatu hidup.

Menurut Bastaman (2007), makna hidup dianggap sangat penting dan berharga serta memberikan nilai khusus bagi seseorang, sehingga layak dijadikan tujuan dalam kehidupan (*the purpose in life*). Dan proses pencapaian

kebermaknaan hidup pada umumnya diawali dengan penderitaan (*suffering*) (Cynthia, 2007).

Beberapa penelitian mengenai kebersyukuran, membuktikan bahwa bersyukur sebagai karakter atau kekuatan yang seringkali muncul, dominan dan menonjol dibanding kekuatan lainnya. Survey oleh Gallup (1998) dalam Arbiyah, dkk (2008) terhadap remaja dan orang dewasa Amerika menunjukkan bahwa lebih dari 90% responden mengekspresikan rasa syukur sehingga membantu mereka untuk merasa bahagia. Di Indonesia sendiri, penelitian yang dilakukan oleh Lestari (2006) dalam Arbiyah, dkk (2008) tentang profil karakter kekuatan pada perawat di Rumah Sakit Cengkareng menunjukkan hasil serupa. Bersyukur menjadi salah satu dari lima karakter yang paling menonjol dibanding karakter kekuatan lainnya.

Penelitian lain yang berkaitan dengan kebersyukuran maupun kebermaknaan hidup adalah sebagai berikut.

Tabel 1.2
Penelitian Kebersyukuran dan Kebermaknaan Hidup

No	Peneliti	Judul Penelitian	Hasil penelitian	Persamaan	Perbedaan
1	Nurul Arbiyah, Fivi Nurwianti Imelda, dan Ika Dian Oriza (2008)	Jurnal: Hubungan Bersyukur dan <i>Subjective Well Being</i> Pada Penduduk Miskin	Ada hubungan positif yang signifikan antara bersyukur dengan <i>subjective well being</i> pada	Menggunakan variabel bersyukur, pendekatan kuantitatif, dan studi korelasi atau hubungan dua variabel	Dikorelasikan dengan <i>Subjective Well Being</i> dan sampel pada penduduk miskin

			<p>penduduk miskin. Mayoritas partisipan memiliki tingkat bersyukur dan <i>subjective well being</i> yang sedang dan cenderung melakukan bersyukur transpersonal. Selain itu, ditemukan pula bahwa jenis kelamin berpengaruh terhadap rasa syukur dan <i>subjective well being</i>, sementara tingkat pendidikan berpengaruh terhadap rasa syukur.</p>		
2	Aminah Permata Ummu Hanifah (2009)	Skripsi: Kebermaknaan Hidup Pada Orang Tua Dengan Anak Retardasi Mental	Setiap subjek dapat melakukan perubahan dari penghayatan hidup tidak bermakna menjadi penghayatan hidup bermakna, namun pola kebermaknaan hidupnya berbeda.	Mengkaji kebermaknaan hidup pada orang tua yang memiliki anak berbeda dari harapan	Menggunakan subjek penelitian orang tua dengan anak retardasi mental dan pendekatan kualitatif

3	Alin Riwayati (2010)	Skripsi: Hubungan Kebermaknaan Hidup Dengan Penerimaan Diri Pada Orang Tua Yang Memasuki Masa Lansia	Terdapat hubungan yang positif antara kebermaknaan hidup dengan penerimaan diri. Dimana semakin tinggi kebermaknaan hidup yang dimiliki oleh lansia semakin tinggi pula penerimaan dirinya	Menggunakan variabel kebermaknaan hidup, pendekatan kuantitatif, dan studi korelasi atau hubungan dua variabel	Dikorelasikan dengan penerimaan diri dan sampel penelitiannya adalah orang tua yang memasuki masa lansia
4	Azizah Batubara (2011)	Skripsi: Hubungan Antara Komitmen Religius Dengan Kebermaknaan Hidup Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang	Komitmen religius berhubungan 28% dengan kebermaknaan hidup, semakin tinggi komitmen religius maka semakin tinggi kebermaknaan hidup.	Menggunakan variabel kebermaknaan hidup, pendekatan kuantitatif, dan studi korelasi atau hubungan dua variabel	Sampel penelitian pada Mahasiswa Psikologi UIN Maliki Malang dan di korelasikan dengan komitmen religius
5	Dewi Rinane (2010)	Skripsi: Pengaruh Keyakinan Pada Ayat-Ayat Al-Qur'an Terhadap Kebermaknaan Hidup Pasien di Bengkel Hati Darul Inabah Gresik	Pengaruh keyakinan pada ayat-ayat Al-Qur'an terhadap kebermaknaan hidup adalah sebesar 26%.	Menggunakan variabel kebermaknaan hidup dan pendekatan kuantitatif	Sampel penelitian pada Pasien di Bengkel Hati Darul Inabah Gresik, studi komparatif atau perbedaan.

Penelitian-penelitian tersebut membuktikan bahwa kebermaknaan hidup masih layak dan sangat penting untuk diteliti dengan pendekatan yang juga berbeda.

Namun, untuk penelitian kebermaknaan hidup yang dikorelasikan dengan kebersyukuran belum ditemui. Sehingga bisa dikatakan bahwa penelitian ini baru dan peneliti merasa tertarik untuk melihat, apakah ada korelasi antara kebersyukuran dengan kebermaknaan hidup orang tua yang memiliki anak autis. Peneliti merancang penelitian ini dengan judul “Hubungan Kebersyukuran dengan Kebermaknaan Hidup Orang Tua yang Memiliki Anak Autis.”

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana tingkat kebersyukuran orang tua yang memiliki anak autis?
2. Bagaimana tingkat kebermaknaan hidup orang tua yang memiliki anak autis?
3. Bagaimana hubungan antara kebersyukuran dengan kebermaknaan hidup orang tua yang memiliki anak autis?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui tingkat kebersyukuran orang tua yang memiliki anak autis.
2. Untuk mengetahui tingkat kebermaknaan hidup orang tua yang memiliki anak autis.
3. Untuk mengetahui hubungan antara kebersyukuran dengan kebermaknaan hidup orang tua yang memiliki anak autis.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini, diharapkan dapat memberikan manfaat bagi keilmuan baik dari aspek teoritis maupun aspek praktis sebagai berikut:

1. Aspek teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi baru atau pengetahuan mengenai teori psikologi khususnya kebersyukuran atau kebermaknaan hidup,
2. Aspek praktis, penelitian ini diharapkan bisa dijadikan sumber untuk modul atau bahan bacaan tambahan bagi para orang tua yang memiliki anak autis, sehingga dapat senantiasa meningkatkan kebersyukuran dan kebermaknaan hidupnya atau bahkan bukan orang tua yang memiliki anak dengan autis sekalipun.