



Jurnal Islamika Granada

Available online <https://penelitimuda.com/index.php/IG/index>

Gambaran Optimis Pada Ibu yang Memiliki Anak Tuna Grahita

Overview of Optimism in Mothers Who Have Mentally Retarded Children

Zurratul Muna^(1*), Rini Julistia⁽²⁾ & Dwi Iramadhani⁽³⁾

Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Malikusslahe, Indonesia

Disubmit: 28 Maret 2024; Diproses: 26 April 2024; Diaccept: 01 Mei 2024; Dipublish: 02 Mei 2024

*Corresponding author: zurratul.muna@unimal.ac.id

Abstrak

Tuna grahita merupakan sebutan lain dari *down syndrome*, tunagrahita adalah kelainan pada pertumbuhan dan perkembangan. Retardasi mental atau disabilitas intelektual terjadi sejak bayi bahkan saat masih dalam kandungan yang disebabkan oleh faktor biologis, faktor fungsional, kadang disertai dengan cacat fisik. Jumlah anak berkebutuhan khusus terus meningkat termasuk di Aceh. Hal inilah yang membuat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian ini. Penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran optimisme pada ibu yang memiliki anak tunagrahita dengan menggunakan skala *Likert*. Penelitian menggunakan metode kuantitatif deskriptif dan teknik pengambilan sampel *accidental sampling*, umlah sampel 104 ibu yang memiliki anak tuna grahita. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat optimisme pada ibu dengan anak tuna grahita di Kota Lhoksemawe pada 104 responden diketahui tingkat optimisme pada ibu dengan anak tuna grahita di Kota Lhoksemawe tersebut paling dominan berada pada kategori tinggi dengan responden sebanyak 89 orang. Selanjutnya diikuti pada kategori rendah dengan jumlah 15 orang. Kemudian hasil kategori responden yang memiliki optimisme yang tinggi pada tingkat usia yaitu dewasa awal berjumlah 78 orang. Berdasarkan hasil kategori responden yang memiliki optimisme yang tinggi pada tingkat pekerjaan yaitu ibu tidak bekerja berjumlah 69 orang, pada kategori rendah 1 orang. Pada tingkat pekerjaan yang bekerja yang memiliki kategori tinggi berjumlah 33 orang, dan pada kategori rendah 1 orang.

Kata Kunci: Anak Tunagrahita; Ibu; Optimisme.

Abstract

Mental retardation is a disorder in growth and development in intellectual disability from infancy even while still in the womb and children caused by organic biological factors and functional factors, sometimes accompanied by physical disabilities. The number of children with special needs continues to increase, including in Aceh. This is what makes researchers interested in this research. This study aims to see optimism in mothers who have mentally retarded children. The study used descriptive quantitative methods and accidental sampling technique with a total sample of 104 mothers who have mentally retarded children. The results showed that the level of optimism mothers with mentally retarded children in Lhoksemawe City in 104 respondents was known to be the most dominant level of optimism with 89 respondents. Then followed the low category with a total of 15 people. Then category of respondents who have high optimism at the age level, namely early adulthood, amounted to 78 people. Based on the results of the category of respondents who have high optimism at the work level, namely mothers who do not work, there are 69 people, in the low category 1 person. At the level of work that has a high category of work is 33 people, and in the low category 1 person.

Keywords: Mentally Retarded Child, Mother, Optimism.

How to Cite: Muna, Z., Julistia, R. & Iramadhani, D. (2024), Gambaran Optimisme Pada Ibu yang Memiliki Anak Tunagrahita, *Jurnal Islamika Granada*, 4 (3): 125-131.

PENDAHULUAN

Pada dasarnya setiap pasangan ingin mempunyai anak yang normal, sehat, dan tidak ada cacat apapun. Namun, tidak semua anak terlahir normal, dan beberapa anak juga memiliki kebutuhan khusus yang membedakannya dari anak pada umumnya. Anak berkebutuhan khusus merupakan istilah yang digunakan untuk menyebut anak yang mengalami keadaan pribadi yang berbeda dengan anak pada umumnya (Aziz, 2014). Mengingat angka kelahiran di Indonesia yang terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan jumlah anak berkebutuhan pendidikan khusus akan terus meningkat (Badan Pusat Statistik, 2017). Menurut data Badan Pusat Statistik tahun 2017, seperti halnya di Indonesia, jumlah anak berkebutuhan khusus (ABK) di Aceh juga mengalami peningkatan hingga mencapai 2.371 anak (Anzari et al., 2018).

Sedangkan menurut data terkini anak berkebutuhan khusus dari Poli ABK Puskesmas Muara Dua, SLB Negeri Anuek Nanggroe, dan SLB Kota Lhokseumawe, total terdapat 208 anak yang terdiri dari 35 anak dengan gangguan hiperaktif (ADHD), 39 anak Autisme, 8 anak Tunadaksa, 3 anak Tunanetra, dan 104 anak Tunagrahita/down syndrome. Berdasarkan angka di atas, jumlah anak tunagrahita sebanyak 104 orang, merupakan jumlah terbesar dibandingkan anak penyandang disabilitas lainnya. Keterbelakangan mental adalah nama lain dari down sindrom. Keterbelakangan mental mengacu pada kelainan pertumbuhan dan perkembangan yang menyebabkan kecacatan intelektual sejak bayi ketika masih dalam kandungan disertai dengan cacat fisik (Murisal & Hasana, 2017).

Selikowitz (2001) juga menyatakan bahwa anak tunagrahita mengalami kesulitan mengendalikan perilakunya, antara lain sering menggigit, memukul, tantrum, hiperaktif, dan sulit berkonsentrasi (Mayssara A. Abo Hassanin Supervised, 2014). Tingginya tingkat ketergantungan anak tunagrahita dalam melakukan aktivitas sehari-hari sebenarnya berkaitan dengan kemampuan intelektualnya yang relatif rendah (Wolfe & Mash, 2010). Berdasarkan hasil penelitian tersebut, peneliti melakukan wawancara terhadap tiga orang ibu yang memiliki anak tunagrahita. Ibu yang memiliki anak tunagrahita menyatakan bahwa mereka merasa anaknya belum mampu mandiri dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Menurut ibu dari anak tunagrahita, pada usia 12 tahun, anak seharusnya sudah bisa melakukan aktivitas seperti mandi, makan, dan berpakaian sendiri. Namun menurut ibu yang memiliki anak tunagrahita, harus lebih sabar, teliti, dan berusaha memahami apa yang terjadi pada anaknya. Para ibu yang memiliki anak tunagrahita berpandangan bahwa sebaiknya mereka menerima kondisi anaknya sejak dini agar ia dapat melakukan aktivitas sehari-hari sebagaimana anak normal lainnya.

Dengan sabar dan terus menerus melatih dan mengakomodasi kondisi anak, para ibu dengan anak tunagrahita dapat membantu anak-anak yang sebelumnya tidak mampu mandiri dalam melakukan aktivitas sehari-hari dapat bersekolah seperti anak normal secara mandiri dalam melakukan aktivitas sehari-hari biasanya.

Kecenderungan individu untuk mengambil respon positif, tidak menyerah, merencanakan tindakan di masa depan, mencari bantuan, dan melihat kegagalan sebagai hal yang dapat diperbaiki disebut optimis (Agustina & Susanti, 2009). Menurut Carver, Scheier, dan Segerstrom (2010), optimisme mencerminkan sejauh mana seseorang

memiliki harapan terhadap masa depannya. Sama seperti para ibu yang memiliki anak dengan sindrom Down yang menganggap bahwa memiliki anak dengan down sindrom adalah situasi yang penuh dengan kesulitan, tantangan, dan hambatan, para ibu yang memiliki anak dengan down sindrom memiliki kinerja yang lebih baik dibandingkan ibu-ibu lainnya dalam bertahan hidup dan memberikan masa depan yang baik bagi anaknya dengan selalu bersikap positif terhadap situasi dalam hidup (Tasya & Qodariah, 2018). Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk mengkaji “gambaran optimisme pada ibu yang memiliki anak tunagrahita”.

METODE

Penelitian ini hanya menggunakan satu variabel yaitu optimisme. Optimisme memiliki tiga aspek yaitu, aspek *permanence* (keabadian suatu peristiwa) mengembangkan cara seseorang memandang peristiwa yang sedang terjadi, baik yang bersifat permanen maupun sementara. Aspek *pervasiveness* (keluasan suatu peristiwa) menunjukkan dimensi keruangan suatu peristiwa, apakah peristiwa tersebut terbatas pada satu peristiwa saja atau bersifat umum terhadap seluruh peristiwa. Aspek *personalization* (sumber suatu peristiwa) merupakan penyebab terjadinya peristiwa, baik yang terjadi di dalam diri individu (*internal*) maupun di luar individu (*eksternal*).

Populasi penelitian ini adalah 104 ibu yang memiliki anak tunagrahita asal Lhokseumawe (Poli ABK dan SLB Anuek Nanggroe). Karakteristik dalam penelitian ini adalah ibu-ibu yang berdomisili di Kota Lhokseumawe dan mempunyai anak tunagrahita. Teknik *non-probability sampling* digunakan sebagai pengambilan sampel dalam penelitian ini. Teknik *non-probability sampling* yang digunakan untuk mengumpulkan sampel dalam penelitian ini adalah *contingency sampling* (Sugiyono, 2018). Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala optimisme tipe likert. Skala Likert merupakan skala yang mengukur sikap, pendapat, dan persepsi individu atau kelompok terhadap variabel penelitian (Sugiyono, 2018).

Proses pengumpulan data penelitian ini menggunakan alat pengukuran optimisme berupa kuesioner yang ditulis berdasarkan teori Seligman (2006). Variabel yang diukur dalam kuesioner ini adalah penjelasan tentang optimisme ibu yang memiliki anak tunagrahita, dan dikonstruksi peneliti berdasarkan tiga aspek optimisme yakni, aspek *permanensi*, aspek *pervasiveness*, dan aspek *personalization*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan data penelitian pada ibu tunagrahita di kota Lhokseumawe terlihat responden pada usia dewasa awal sebanyak 79 responden dan usia paruh baya sebanyak 25 responden. Berikutnya berdasarkan tingkat pendidikan, responden berpendidikan SD sebanyak 13 orang, berpendidikan SMP sebanyak 19 orang, berpendidikan SMK/SMA sebanyak 48 orang, berpendidikan S1 berjumlah 21 orang, dan berpendidikan S2 sebanyak 3 orang. Berikutnya berdasarkan pekerjaan, responden yang bekerja sebanyak 70 orang dan yang tidak bekerja/ibu rumah tangga sebanyak 34 responden.

Tabel 1. Data subjek penelitian ibu yang memiliki anak tunagrahita di Lhokseumawe

	SD	13
	SMP	19
Pendidikan	SMA/SMK	48
	S1	21
	S2	3
	Total	104
Pekerjaan	Bekerja	34
	IRT	70
Total		104

Dengan demikian, kelompok responden yang memiliki optimisme tinggi pada kelompok umur yaitu kelompok dewasa awal berjumlah 78 orang, pada kategori rendah berjumlah 1 orang. Di tingkat usia dewasa pertengahan, terdapat 24 orang pada kategori tinggi dan 1 orang pada kategori rendah.

Tabel 2. Gambaran Optimisme Ibu Yang memiliki anak tunagrahita di Kota Lhokseumawe berdasarkan usia

Usia Ibu	Kategori	Frekuensi	Presentase
Dewasa Awal	Tinggi	78	98,7%
	Rendah	1	1,30%
Dewasa Tengah	Tinggi	24	96%
	Rendah	1	4%
Total		104	100%

Hasilnya, terdapat 11 responden dengan tingkat optimisme tinggi pada tingkat pendidikan sekolah dasar, dan 2 responden pada kategori rendah. Tingkat pendidikan SMP 16 pada kategori tinggi dan 3 responden pada kategori rendah. Dari tingkat pendidikan SMA/SMK, dalam kategori tinggi sebanyak 47 orang dan dalam kategori rendah sebanyak 1 orang. Pendidikan sarjana terdiri dari 20 orang dikategori tinggi dan 1 orang di kategori rendah. Kemudian di pendidikan pascasarjana ada 2 orang di kategori tinggi dan 1 orang di kategori rendah.

Tabel 3. Gambaran Optimisme Ibu Yang Memiliki Anak Tuna Grahita di Kota Lhokseumawe Berdasarkan Tingkat Pendidikan

Pendidikan	Kategori	Frekuensi	Presentase
SD	Tinggi	11	84,6%
	Rendah	2	15,4%
SMP	Tinggi	16	84,2%
	Rendah	3	15,8%
SMA/SMK	Tinggi	47	97,9%
	Rendah	1	2,1%
S1	Tinggi	20	95,2%
	Rendah	1	4,8%
S2	Tinggi	2	66,7%
	Rendah	1	33,3%
Total		104	100%

Berdasarkan hasil kategori responden yang memiliki optimisme yang tinggi pada tingkat pekerjaan yaitu tidak berekerja berjumlah 69 orang, pada kategori rendah 1 orang. Pada tingkat pekerjaan yang berkerja yang memiliki kategori tinggi berjumlah 33 orang, dan pada kategori rendah 1 orang.

Penelitian menemukan bahwa banyak responden yang memiliki optimisme yang tinggi. Individu yang optimis adalah individu yang memiliki harapan yang tinggi untuk mencapai hasil yang tinggi meskipun hasil yang diperoleh individu tersebut tidak sesuai dengan harapannya, seperti melahirkan anak dengan tunagrahita (Dewinda & Affarhouk, 2019). Purwanti (2013) menambahkan bahwa ibu yang optimis terhadap anaknya yang

berkebutuhan khusus akan menilai dirinya tinggi dalam hidup, merasa bangga dengan usahanya dalam membesarkan dan merawat anaknya yang berkebutuhan khusus, serta mempunyai harapan terhadap masa depan anaknya, tidak mudah menyerah ketika menghadapi tantangan, membantu anak melihat dirinya sebagai orang yang memiliki potensi dan kelebihan yang dapat dibanggakan. Selain itu, ibu dengan kemampuan berpikir positif yang tinggi tidak akan mudah menyerah, akan menganggap bahwa kegagalan yang dialaminya hanya bersifat sementara dan wajar, serta akan terus berusaha memahami dan berpikir positif terhadap kemampuan anaknya, keyakinan terhadap keberhasilan anak di masa depan, keyakinan terhadap potensi diri dalam menghadapi dan merawat tantangan yang dihadapi dalam mengasuh anak dalam kehidupan sehari-hari (Pasyola, Abdullah, & Puspasari, 2021).

Zariyayufa, Ninin, & Widiastuti (2019) menjelaskan, ada beberapa faktor yang menyebabkan individu memiliki optimisme positif, antara lain tingginya tingkat religiusitas dan spiritualitas. Hal ini sesuai dengan Safarina & Suzanna (2021) yang menyatakan bahwa Aceh merupakan provinsi yang mayoritas penduduknya beragama Islam. Masyarakat Aceh terkenal dengan pengetahuannya yang mendalam tentang hukum Islam, dan masyarakatnya sangat religius. Masyarakat Aceh dikenal sulit menghadapi berbagai permasalahan dalam hidup, terutama permasalahan yang merupakan anugerah Tuhan dan bukan buatan manusia. Masyarakat Aceh merasa bahwa cobaan yang diberikan Tuhan seperti bencana, penyakit, dan keturunan merupakan takdir Yang Maha Kuasa yang tidak dapat diubah, tidak seperti permasalahan atau masalah yang diciptakan oleh manusia.

Safarina (2011) juga menjelaskan bahwa religiusitas membentuk cara pandang dengan menciptakan pandangan positif ketika individu menghadapi permasalahan dalam hidupnya. Karena itu merupakan sifat atau keyakinan bahwa Tuhan maha pengasih dan penyayang serta Tuhan pasti menolong hambanya yang ada masalah. Atribusi dan keyakinan ini membentuk rasa optimisme individu, sehingga memungkinkan umat beragama untuk lebih menafsirkan pengalaman hidup negatif dari sudut pandang yang bermakna dan bijaksana (Harpan, 2015).

Hal ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Septria dan Rusli (2019) dimana ibu dengan tingkat optimisme yang tinggi berusaha mengatasi situasi yang tidak menguntungkan bagi dirinya, meyakini bahwa hal buruk yang dialaminya merupakan tantangan dalam kehidupan, tidak putus asa, semangat untuk mengasuh anak berkebutuhan khusus, yakin bahwa suatu saat anaknya akan mampu hidup mandiri tanpa bergantung atau membebani orang disekitarnya, yakin anaknya akan dapat bekerja dan bahagia. Selain itu, para ibu akan terus belajar dan mencari informasi melalui media sosial untuk menambah pengetahuan tentang cara merawat dan mendidik anak berkebutuhan khusus.

Ghufron dan Risnawati (2010) juga menemukan bahwa ibu dengan optimisme tinggi jarang mengalami depresi, lebih mampu sukses dalam hidup, mampu berubah menjadi lebih baik dari sebelumnya, dan memiliki keyakinan bahwa dirinya mampu merawat, mengasuh dan bertahan dengan keadaan anaknya. Seorang ibu percaya bahwa anaknya mempunyai potensi untuk membuat dirinya bangga, dan dia selalu berjuang

sebaik mungkin untuk bertahan dalam situasi sulit. Nirmala (2013) menyatakan bahwa ibu yang memiliki tingkat optimisme tinggi terhadap anaknya yang berkebutuhan khusus mempunyai harapan terhadap masa depan, tidak mudah menyerah dalam mengatasi tantangan yang dialami dalam hidupnya, dan membantu anaknya mempersiapkan masa depan. Hal ini mendukung pernyataan di atas yang dapat membantu melakukan hal-hal seperti: memahami dan melihat diri sebagai individu dengan potensi dan kekuatan yang suatu hari nanti dapat dibanggakan.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil kajian gambaran optimisme ibu yang memiliki anak tunagrahita di Lhokseumawe dapat disimpulkan bahwa mayoritas ibu yang memiliki anak tunagrahita di Lhokseumawe memiliki optimisme yang tinggi. Hal ini dikarenakan ibu anak berkebutuhan khusus percaya bahwa mereka dapat lebih memahami masalah yang muncul, mereka percaya pada kemampuan mereka sendiri dalam memecahkan masalah, berpikir positif tentang kehidupan, dan bangga dengan usaha mereka. Mereka bertanggung jawab membesarkan dan merawat anak-anak mereka. Selain itu, sang ibu meyakini bahwa keadaan yang dialaminya saat ini merupakan takdir Tuhan yang tidak dapat diubah, dan hal ini membuatnya semakin percaya diri dalam merawat dan menerima keadaan anaknya saat ini.

Berdasarkan hasil pengolahan data dan pembahasan yang telah dilakukan, peneliti menyarankan bagi peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian dengan menggunakan variabel optimisme untuk melihat variabel lain yang berpengaruh seperti penerimaan diri dan kesejahteraan psikologis.

UCAPAN TERIMAKASIH

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada DIPA PNBP Universitas Malikussaleh yang telah memberikan dukungan materil sehingga penelitian dan publikasi ini dapat terealisasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, E., & Susanti, N. D. (2009). Hubungan Antara Optimisme dan Penyesuaian Diri Dengan Stress Pada Narapidana Kasus Napza di Lapas Kelas IIA Bulak Kapal Bekasi. *Jurnal Soul*, 2(2), 1-32.
- Aziz, S. (2014). Pendidikan seks bagi anak berkebutuhan khusus. *Jurnal Kependidikan*. 2(2).
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (2002). Optimism dalam C.R. Snyder & S.J. Lopez (eds.), *Handbook of Positive Psychology*. New York: Oxford University Press.
- Dewinda, H., & Affarhouk, B. (2019). Penerimaan Diri Pada Ibu Yang memiliki Anak Tunagrahita Ditinjau Dari Asertifitas, *Tajidd*, 22 (2), 129-137
- Harpan, A. (2015). Peran Religiusitas Dan Optimisme Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Remaja. *Empathy*, 3(1), 241845.
- Murisal, & Hasanah, T. (2017). Hubungan Bersyukur dengan Kesejahteraan Subjektif pada Orang Tua yang Memiliki Anak Tunagrahita di SLB Negeri 2 Kota Padang. *KONSELI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E Journal)*, 4(2), 81-88.
- Mayssara A. Abo Hassanin Supervised, A. (2014). Paper Knowledge. *Toward a Media History of Documents*, 4(1), 120- 130
- Nirmala, A. P. (2013). Tingkat Kebermaknaan Hidup Dan Optimisme Pada Ibu Yang Mempunyai Anak Berkebutuhan Khusus. *Jurnal Psikologi*, 2 (2) 6-12.
- Purwanti, F. (2013). *Developmental and Clinical Psychology*. Identitas Diri Remaja Pada Siswa Kelas Xi Sma Negeri 2 Pemalang Ditinjau Dari Jenis Kelamin, 1(1), 21-27

- Pasyola, N. E., Abdullah, A. M., & Puspasari, D. (2021). Peran Parenting Self-Efficacy dan Optimisme terhadap Psychological Well-Being Ibu yang Memiliki Anak Intellectual Disability. *Jurnal iLMIAH Psikologi*, 131-142.
- Seligman, M. E. P. (2006). *Learned optimism: how to change your mind and your life*. New York: Vintage Books
- Safarina, N. A., & Suzanna, E. (2021). Gambaran Resiliensi Masyarakat Aceh Setelah Mengalami Pengalaman Traumatis. *Jurnal Psikologi Terapan (JPT)*, 3(1), 20-28.
- Septria, S., & Rusli, D. (2019). Pengaruh Adversity Qoutient Terhadap Optimisme Pada Ibu Yang Mempunyai Anak Berkebutuhan Khusus. *Jurnal Riset Psikologi*, 4, 1-11.
- Safarina, T. (2011). Peran religious coping sebagai moderator dari job insecurity terhadap stress kerja pada staf akademik. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 8 (2), 155-170.
- Tasya & Qodariah. (2018). Hubungan Adversity Quotient dengan Optimisme pada Ibu yang Memiliki Anak Down Syndrome di Yayasan POTADS Bandung. *Prosiding Psikologi*, 4, 365-371.
- Wolfe, D. A. & Mash, E. J. (2010). *Abnormal child psychology*. United Kingdom: Wadsworth Cengage Learning.