

Studi Kasus Proses Pencapaian Kebahagiaan pada Ibu yang Memiliki Anak Kandung Penyandang *Asperger's Syndrome*

Case Study of Happiness Achievement Process on Mother whose Children with Asperger's Syndrome

Kiki Dwi Maharani, Suci Murti Karini, Rin Widya Agustin

Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran
Universitas Sebelas Maret

ABSTRAK

Kebahagiaan menjadi salah satu tujuan hidup bagi mayoritas individu yang bisa dicapai dengan membentuk persepsi positif terhadap segala sesuatu yang terjadi dalam kehidupan. Kebahagiaan harus diperjuangkan pencapaiannya, sekalipun kenyataan yang terjadi seringkali diluar harapan individu. Memiliki anak penyandang gangguan perkembangan seperti *Asperger's Syndrome* dapat menjadi sebuah *tragic event* bagi individu, khususnya ibu. Ibu sebagai seorang individu berhak untuk merasakan kebahagiaan di dalam diri dan hidupnya sekalipun memiliki anak penyandang *Asperger's Syndrome*. Ada serangkaian proses yang dilalui seorang ibu sejak menerima diagnosis gangguan *Asperger's Syndrome* pada anak hingga akhirnya mencapai kebahagiaan dalam hidupnya.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui proses pencapaian kebahagiaan pada ibu yang memiliki anak kandung penyandang *Asperger's Syndrome*. Penelitian menggunakan metode kualitatif dengan desain studi kasus yang diharapkan dapat menggali fokus penelitian secara mendalam. Subjek dalam penelitian ini adalah seorang wanita berusia 18-40 tahun yang memiliki anak terdiagnosis *Asperger's Syndrome*. Metode penelitian yang digunakan adalah riwayat hidup, wawancara, observasi, *The Childhood Autism Rating Scale (CARS)*, dan *Australian Scale for Asperger's Syndrome (ASAP)*.

Hasil penelitian menggambarkan adanya serangkaian proses pencapaian kebahagiaan yang dilalui ibu dari anak *Asperger's Syndrome*. Diagnosis gangguan *Asperger's Syndrome* yang terjadi pada anak pertama menjadi sebuah peristiwa tragis dalam kehidupan subjek. Subjek merasa tidak siap menerima kenyataan tentang diagnosis gangguan tersebut dan membuatnya sangat menyesali keadaan, banyak menuntut anak untuk tumbuh seperti anak lain, hingga akhirnya subjek kehilangan makna hidupnya. Kelahiran anak kedua subjek, menjadi sebuah momentum yang menyadarkan subjek ditengah keterpurukannya bahwa anak pertamanya memiliki potensi untuk tumbuh dan berkembang menjadi lebih baik sekalipun memiliki gangguan perkembangan. Momentum ini memacu subjek untuk segera bangkit dari kondisi terpuruk. Subjek berusaha memahami gangguan anak lebih dalam untuk membekali diri dalam upaya memfasilitasi dan membantu anak untuk berkembang optimal

Subjek memiliki komitmen kuat dalam diri untuk terus berjuang mengasuh anak. Aktivitas yang dilakukan subjek saat ini selalu berorientasi pada kesembuhan anak. Subjek menilai kenyataan gangguan *Asperger's Syndrome* pada anak sebagai ujian sekaligus berkah. Makna kebahagiaan menurut subjek adalah mensyukuri segala sesuatu yang terjadi dalam hidupnya, termasuk memiliki anak penyandang *Asperger's Syndrome*.

Kata kunci: proses mencapai kebahagiaan, ibu, anak *Asperger's Syndrome*

Kata kunci: proses mencapai kebahagiaan, ibu, anak *Asperger's Syndrome*

PENDAHULUAN

Kebahagiaan adalah sebuah konsep mengenai persepsi positif dalam diri mengenai segala sesuatu yang terjadi dalam diri seseorang (Myers, 2002). Banyak orang menjadikan

kebahagiaan sebagai salah satu tujuan hidup. Adanya kebahagiaan dalam diri akan berpengaruh dalam pengelolaan pikiran. Individu yang memiliki kebahagiaan dalam diri akan mampu mengelola pikiran negatif menjadi

pikiran yang lebih positif dalam menghadapi sesuatu (Carr, 2004). Munculnya kebahagiaan juga akan berpengaruh pada sikap yang dibentuk oleh individu dalam menghadapi segala sesuatu yang dialaminya. Seseorang akan berusaha dan mengarahkan dirinya pada berbagai upaya untuk mencapai kebahagiaan sebagai tujuan hidup. Dalam upaya mencapai kebahagiaan, individu seringkali harus berhadapan dengan kenyataan yang tidak sesuai dengan harapan.

Hidup yang berjalan tidak sesuai dengan harapan bukan berarti menutup jalan individu untuk mencapai sebuah kebahagiaan hidup. Kebahagiaan menjadi suatu hal yang harus diperjuangkan oleh individu karena kebahagiaan memiliki peran besar bagi pembentukan hidup bermakna.

Ada serangkaian proses untuk mencapai kebahagiaan. Bastaman (1996) mengungkapkan bahwa tahap pertama yang dilalui individu dalam proses pencapaian kebahagiaan adalah terjadinya pengalaman tragis (*tragic event*). Pengalaman tragis berarti sebuah peristiwa yang terjadi diluar harapan individu. Salah satu bentuk pengalaman yang tidak diharapkan oleh para orangtua adalah memiliki anak yang terlahir tidak normal. Setiap orang yang menginginkan kehadiran anak akan memiliki harapan bahwa anaknya kelak memiliki kondisi fisik dan mental yang normal (Mangunsong, 1998). Sayangnya tidak semua harapan orangtua tersebut bisa terpenuhi karena anak lahir dengan gangguan tertentu, seperti gangguan perkembangan berupa *Asperger's Syndrome*.

Asperger's Syndrome merupakan salah satu jenis gangguan perkembangan yang termasuk dalam spektrum autistik. Data statistik menunjukkan bahwa prevalensi atau angka kejadian gangguan *Asperger's Syndrome* terus meningkat sepanjang tahun. Di dunia, pada tahun 1987 diperkirakan penyandang autis mencapai 1:5000 kelahiran. Pada tahun 1997 penyandang autis mencapai 1:500 kelahiran dan pada tahun 2000 mencapai 1:250. Sedangkan pada tahun 2010 diperkirakan mencapai 1:100 kelahiran. Penyebab dari peningkatan ini masih belum dapat diketahui.

Diagnosis gangguan *Asperger's Syndrome* yang terjadi pada anak jelas memukul perasaan orangtua. Orangtua akan merasa *shock* bercampur sedih, khawatir, cemas, kecewa, takut, marah, dan perasaan negatif lain saat mendengar diagnosis gangguan anak (Safaria, 2005). Anak yang diharapkan terlahir dan tumbuh normal ternyata harus menderita gangguan yang menyebabkan anak mengalami hambatan perkembangan secara interaksi sosial, perhatian, dan perilaku. Orangtua merasa khawatir karena anak akan tumbuh secara berbeda dengan anak lain (Williams dan Wright, 2004).

Ibu merupakan sosok yang dipandang memiliki hubungan terdekat dengan anak karena keterlibatannya secara penuh dalam mengasuh dan mengawal tumbuh kembang anak (Cohen dan Volkmar, 1997). Keterlibatan penuh ibu dalam mengasuh anak membuat ibu mengetahui secara detail perkembangan anak. Peran yang dimiliki ibu dalam keluarga sifatnya sangatlah

kompleks (Kartono, 1992). Ibu tidak hanya terlibat penuh dalam pengasuhan anak namun juga harus mengurus keperluan rumah tangga dan segala macam keperluan suami. Besarnya peran dan tanggungjawab yang dimiliki ibu dalam keluarga menjadikan beban kerja ibu pun semakin besar. Ketika ada hal-hal yang berjalan tidak semestinya, sangat berpeluang untuk memunculkan kondisi penuh tekanan pada ibu.

Mengasuh anak *Asperger's Syndrome* bukanlah hal yang mudah bagi seorang ibu. Seperti yang telah diuraikan dalam penjelasan sebelumnya, anak penyandang *Asperger's Syndrome* menunjukkan perilaku yang berbeda dengan anak normal dalam hal perkembangan interaksi sosial, perhatian, dan perilaku. Setiap hari ibu harus menghadapi perilaku tidak wajar yang ditunjukkan anak seperti kerap mempertanyakan banyak hal secara detail, menunjukkan minat yang tidak lazim pada objek tertentu, sulit berinteraksi dengan oranglain, tampak aneh secara sosial di masyarakat, dan kesulitan dalam mengekspresikan emosi secara tepat. Kondisi semacam ini akan terus menerus dialami ibu selama mengasuh anak *Asperger's Syndrome*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu yang memiliki anak cacat/menderita gangguan cenderung mengalami stress yang lebih besar daripada ibu yang memiliki anak normal (Adams, 1999). Kehadiran anak *Asperger's Syndrome* di tengah keluarga dapat menjadi sesuatu yang tidak diharapkan orangtua. Gangguan yang dialami anak berupa gangguan dalam interaksi sosial, perilaku, dan perhatian

membuat para orangtua khususnya ibu harus berjuang lebih keras untuk mengasuh anak (Safaria, 2005). Terlebih lagi ketika berada di lingkungan luar rumah, banyak orang yang masih sulit menerima anak *Asperger's Syndrome* dengan segala gangguannya. Kehadiran anak penyandang gangguan ini dapat berpotensi membuat ibu kehilangan makna dalam kehidupannya (*meaningless life*).

Kehadiran anak *Asperger's Syndrome* bukan berarti menutup peluang bagi seorang ibu untuk mencapai kebahagiaan karena kebahagiaan itu tetap dapat terbentuk meskipun kenyataan yang dihadapi tidak seperti apa yang diharapkan. Seorang ibu harus tetap berjuang untuk mencapai kebahagiaan sekalipun memiliki anak *Asperger's Syndrome*. Sama seperti manusia yang lain, seorang ibu yang memiliki anak *Asperger's Syndrome* berhak untuk merasakan dan mencapai kebahagiaan agar dapat memaknai kehidupannya dengan lebih baik. Kebahagiaan itu akan membuat seorang ibu merasa nyaman menjalani kehidupannya serta memiliki persepsi positif dalam dirinya untuk menghadapi segala sesuatu yang dialami. Kebahagiaan akan membuat ibu merasa bahwa kehidupannya berharga serta mendatangkan ketenteraman. (Bastaman, 1996; Carr, 2004; Seligman, 2002).

Ibu yang memiliki anak *Asperger's Syndrome* juga diharapkan dapat mencapai kebahagiaan dalam diri supaya dapat mengoptimalkan fungsi besarnya dalam mengasuh anak. Pikiran dan perasaan ibu akan berpengaruh pada perilaku ibu terhadap anak.

Anak *Asperger's Syndrome* memang merupakan anak yang tidak normal dan tumbuh dengan gangguan perkembangan, namun bukan berarti tidak berharga. Sama seperti anak yang lain, anak *Asperger's Syndrome* terlahir dengan kekurangan dan kelebihan. Anak *Asperger's Syndrome* pun bukanlah anak yang bodoh. Anak-anak tersebut tetap dapat berkembang secara optimal. Ibu yang tetap bertahan dan membentuk kebahagiaan dalam dirinya di tengah keterbatasan anak, diharapkan akan membuat ibu mampu menjalankan peran dan fungsinya secara optimal dan membantu anak tumbuh dan berkembang secara optimal pula. Persepsi positif ibu yang merasa bahagia dalam hidupnya akan membentuk kondisi psikologis yang sehat pada ibu dan berdampak positif pula bagi perkembangan anak. Begitu pula sebaliknya, persepsi negatif ibu terhadap kehidupannya dengan kehadiran anak autis akan membuat kondisi psikologis ibu terganggu dan berdampak negatif bagi perkembangan anak.

DASAR TEORI

Kebahagiaan

Myers (dalam Duffy dan Atwater, 2005) mengungkapkan bahwa kebahagiaan merujuk pada banyaknya pikiran positif tentang kehidupan yang dijalani seseorang. Kebahagiaan memiliki hubungan yang erat dengan persepsi.

Kebahagiaan menunjukkan suatu bentuk emosi positif yang dimiliki individu dan merujuk pada banyaknya pikiran positif tentang kehidupan yang dijalani seseorang.

Terbentuknya kebahagiaan dalam diri, akan menimbulkan kepuasan hidup, ketenangan hidup, dan membuat kehidupan menjadi lebih baik. Adanya kebahagiaan dalam diri akan mengarahkan individu untuk dapat mengelola pikiran negatif dalam menghadapi sesuatu menjadi pikiran yang lebih positif. Munculnya kebahagiaan juga akan berpengaruh pada sikap yang dibentuk oleh individu dalam menghadapi segala sesuatu yang dialaminya.

Kebahagiaan yang ada dalam diri individu terbentuk melalui serangkaian proses. Bastaman (1996) mengungkapkan ada 9 proses pencapaian kebahagiaan dalam diri individu, yaitu:

1. Pengalaman tragis (*tragic event*)
2. Penghayatan tak bermakna (*meaningless life*)
3. Pemahaman diri (*self insight*)
4. Penemuan makna dan tujuan hidup (*finding meaning and purpose of life*)
5. Perubahan sikap (*changing attitude*)
6. Keterikatan diri (*self commitment*)
7. Kegiatan terarah dan pemenuhan makna hidup (*directed activities and fulfilling meaning*)
8. Hidup bermakna (*meaningfull life*)
9. Kebahagiaan (*happiness*)

Asperger's Syndrome

Asperger's Syndrome merupakan gangguan perkembangan yang pertama kali dipublikasikan pada tahun 1944 oleh Hans Asperger, seorang dokter anak yang berasal dari Wina. Hans Asperger mengidentifikasi suatu pola kemampuan dan perilaku konsisten, yang

terutama terjadi pada anak laki-laki (Attwood, 2005).

Pada tahun 1990-an, *Asperger's Syndrome* dipandang sebagai sebuah varian autisme dan kelainan perkembangan pervasif, yaitu suatu kondisi yang mempengaruhi perkembangan kecakapan dalam rentang yang luas (Attwood, 2005). Kini, *Asperger's Syndrome* dianggap sebagai sub kelompok dalam spektrum autistik dan memiliki kriteria diagnosis tersendiri.

Attwood (2005) menjelaskan beberapa karakteristik perilaku anak penyandang *Asperger's Syndrome*, meliputi:

1. Perilaku sosial

Anak dengan gangguan *Asperger's Syndrome* mengalami ketidakmampuan berinteraksi. Anak juga kesulitan menggunakan bentuk komunikasi non verbal seperti ekspresi wajah yang sangat minimal, penggunaan sifat dan bahasa tubuh yang kaku, dan kontak mata yang terbatas. Gangguan *Asperger's Syndrome* pada anak akan membuatnya menarik diri dari lingkungan sosial dan cenderung berkuat dengan dunianya sendiri.

2. Bahasa

Riset menunjukkan bahwa hampir 30% anak penyandang *Asperger's Syndrome* mengalami perkembangan bicara yang lambat (Eisenmajer, dalam Attwood 2005). Anak cenderung menggunakan bahasa ilmiah formal dalam berbicara dan menggunakan pemilihan kata yang aneh. Selain itu, anak kesulitan memahami dalam memahami percakapan.

3. Minat dan rutinitas

Anak penyandang *Asperger's Syndrome* sering menunjukkan kecenderungan untuk sangat tertarik pada suatu minat dan topik khusus yang mendominasi sebagian besar waktu anak dan menjadi rutinitas yang harus dipenuhi (Attwood, 2005). Jika rutinitas tersebut tidak dilengkapi dan dipenuhi maka akan timbul kesedihan dan kegelisahan yang besar pada anak.

4. Kekakuan gerak

Manjiviona dan Prior (dalam Attwood, 2005) menjelaskan bahwa anak yang menyandang *Asperger's Syndrome* memiliki kemampuan berjalan yang lebih lambat bila dibandingkan dengan anak-anak normal. Kekakuan gerak bukanlah hal yang unik bagi anak-anak penyandang *Asperger's Syndrome*, namun riset menunjukkan bahwa 50-90 persen anak-anak dan orang dewasa yang menyandang gangguan ini memiliki masalah koordinasi gerak (Ehlers dan Gillberg; Ghaziuddin *et al*; Gillberg; Szatmari *et al*; Tantam; dalam Attwood, 2005).

5. Kognisi

Anak penyandang *Asperger's Syndrome* menunjukkan kecenderungan yang berbeda dalam hal kognisi. Anak mengalami kesulitan dalam mengkonseptualisasikan dan mengapresiasi pikiran serta perasaan orang lain. Selain itu, anak juga memiliki hambatan dalam fleksibilitas pikir karena anak cenderung kaku pada perubahan. Namun, penyandang *Asperger's Syndrome* juga menunjukkan kemampuan yang bagus untuk

tes yang membutuhkan pengetahuan seputar makna kata, informasi faktual, aritmetika, dan desain balok. Sekelompok anak dengan *Asperger's Syndrome* cenderung memiliki kemampuan membaca, mengeja, dan berhitung yang sangat hebat (Attwood, 2005).

6. Kepekaan sensoris

Garnett dan Attwood (dalam Attwood, 2005) menyebutkan bahwa anak penyandang *Asperger's Syndrome* memiliki kesamaan dengan anak penyandang autisme yang sangat sensitif terhadap bunyi dan bentuk-bentuk sentuhan tertentu. Selain kepekaan terhadap bunyi dan sentuhan, anak juga memiliki kepekaan tersendiri terhadap rasa dan tekstur makanan, kepekaan visual, kepekaan pada aroma, serta kepekaan pada rasa sakit dan suhu.

METODE PENELITIAN

Rancangan Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif yang bertujuan untuk memperoleh gambaran mengenai realita empirik dibalik suatu fenomena secara mendalam (Poerwandari, 2005).

Rancangan penelitian yang digunakan adalah studi kasus. Poerwandari (2005) menjelaskan bahwa studi kasus dapat digunakan peneliti untuk mengungkap hal-hal detail. Selain itu studi kasus dapat menangkan makna dibalik suatu kasus dalam kondisi natural.

Fokus Penelitian

Penelitian ini difokuskan pada proses pencapaian kebahagiaan pada ibu yang memiliki anak kandung penyandang *Asperger's Syndrome*. Penelitian ini dirancang untuk memahami dan menggambarkan secara komprehensif mengenai proses yang dijalani ibu untuk mencapai kebahagiaan.

Operasionalisasi

Proses pencapaian kebahagiaan pada ibu yang memiliki anak kandung penyandang *Asperger's Syndrome* adalah serangkaian proses yang dijalani ibu untuk membentuk persepsi positif dalam dirinya berkaitan dengan kenyataan akan gangguan perkembangan yang terjadi pada anak. Ibu yang dimaksud dalam penelitian ini adalah ibu berusia antara 18-40 tahun yang memiliki anak kandung berusia minimal tiga tahun dan telah mendapat diagnosis menyandang gangguan *Asperger's Syndrome* selama minimal tiga tahun dan memenuhi ciri-ciri *Asperger's Syndrome*.

Subjek

Adapun kriteria subjek penelitian yang dimaksud adalah sebagai berikut:

1. Ibu berusia 18-40 tahun yang memiliki anak kandung berusia minimal tiga tahun dan telah mendapat diagnosis menyandang gangguan *Asperger's Syndrome* selama minimal tiga tahun dan memenuhi ciri-ciri *Asperger's Syndrome*.
2. Ibu masih memiliki suami dan tinggal satu rumah dengan anak *Asperger's Syndrome* dan berdomisili di daerah Surakarta dan sekitarnya.

Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan metode wawancara, observasi, dan riwayat hidup dengan subjek dan *significant other*, serta *The Childhood Autism Rating Scale (CARS)*, dan *Australian Scale for Asperger's Syndrome (ASAP)*.

Teknik Analisa Data

Penelitian ini menggunakan teknik analisis data menurut Miles dan Huberman (1992). Dengan tiga poin penting, yakni: reduksi data, penyajian data, dan verifikasi atau penarikan kesimpulan.

Teknik Keabsahan Data

Penelitian ini menggunakan teknik pemeriksaan keabsahan data yang didasarkan atas empat kriteria menurut Sugiyono (2009), yakni: pengujian *credibility* (derajat kepercayaan), pengujian *transferability* (keteralihan), pengujian *dependability* (kebergantungan), dan pengujian *confirmability* (kepastian)

HASIL

Penelitian ini melibatkan seorang ibu sebagai subjek utama penelitian dan enam orang *significant others*. Berikut ini merupakan penjelasan hasil mengenai proses pencapaian kebahagiaan pada subjek.

Gambaran personal subjek penelitian

Subjek adalah seorang wanita yang rapi, sangat memperhatikan penampilan, sopan, dan ramah. Sejak awal pertemuan dengan peneliti,

subjek menunjukkan sikap luwes dan tidak canggung dalam berinteraksi.

Subjek merupakan ibu rumah tangga yang secara penuh mengasuh dua orang anak dan keluarga. Meskipun berstatus sebagai ibu rumah tangga, subjek tidak banyak menghabiskan waktu di rumah. Subjek termasuk orang yang luwes dalam bergaul dan memiliki banyak teman. Akan tetapi hubungan sosial yang dibangun oleh subjek dan teman-teman hanya sebatas relasi pertemanan yang tidak mendalam dan tanpa melibatkan pengalaman-pengalaman pribadi. Subjek kooperatif, komunikatif, dan terbuka dengan oranglain menyangkut tumbuh kembang anak. Akan tetapi subjek cenderung sangat tertutup menyangkut kehidupan pribadinya dan keluarga.

Subjek tidak memiliki kedekatan mendalam secara emosi dengan oranglain selain suami, bahkan dengan keluarga. Dalam memilih teman bergaul, subjek sangat selektif karena subjek hanya bersedia berteman dengan oranglain yang bisa menerima dirinya secara positif. Subjek akan membatasi diri dan cenderung menghindari orang-orang yang menilai negatif tentang diri dan keluarganya.

Memiliki anak yang mengalami gangguan perkembangan bukan suatu hal yang mudah diterima. Subjek masih berproses untuk sepenuhnya menerima kehadiran anak *Asperger's Syndrome* dalam hidupnya. Tidak adanya orang yang menjalin kedekatan psikis dengan subjek membuatnya lebih banyak mengelola sendiri perasaan dan pikiran terkait konflik dalam hidup. Subjek seringkali kurang

bisa mengontrol emosi saat menghadapi masalah dan membuatnya bersikap kurang tepat. Subjek juga belum sepenuhnya bisa menerima kenyataan gangguan perkembangan yang terjadi pada anak pertamanya.

Subjek membutuhkan waktu yang cukup lama untuk akhirnya bisa mengambil pelajaran positif dari kenyataan dikaruniai anak *Asperger's Syndrome*. Subjek mampu mengelola dan mengaitkan setiap peristiwa dalam hidup serta melihat sesuatu dari berbagai sudut pandang untuk menemukan makna dalam kehidupannya. Subjek selalu berharap segala sesuatu dalam kehidupannya berjalan sempurna, hal ini membuat subjek banyak pertimbangan sebelum mengambil sebuah keputusan.

Proses pencapaian kebahagiaan subjek

1. Tragic event

Kelahiran anak pertama yang menyandang *Asperger's Syndrome* menjadi sebuah pengalaman tragis yang sangat bertolak belakang dengan harapan subjek.

2. Meaningless life

Subjek tidak siap menerima kenyataan tentang diagnosis gangguan anak. Pikiran subjek banyak didominasi pertanyaan tentang gangguan anak. Subjek menyesali keadaan anak dan masih banyak menuntut sang anak harus tumbuh normal seperti anak lain.

3. Self Insight

Subjek menyadari kondisi anak pertama yang menyandang gangguan *Asperger* bukan sepenuhnya ujian yang harus disesali.

Subjek segera bergerak mencari berbagai upaya untuk optimalisasi tumbuh kembang anak pertamanya.

4. Finding meaning and purposes life

Seiring berjalannya waktu, subjek mulai bisa menerima kondisi gangguan pada anak pertama. Terlebih ketika anak keduanya lahir, subjek menyadari bahwa meskipun anak pertamanya mengalami gangguan namun tetap memiliki kualitas pribadi. Kelahiran anak kedua menjadi sebuah momentum yang menyadarkan subjek untuk bisa menerima gangguan anak dan meyakini bahwa gangguan tersebut bisa tertangani. Tujuan hidup subjek adalah mengantarkan keluarganya menjadi keluarga yang sakinah, mawadah, warahmah serta mengantarkan kedua anaknya menjadi sukses. Secara khusus, subjek ingin berjuang mengantarkan anak pertamanya hingga mandiri. Tujuan hidup ini menjadi motivasi besar bagi subjek untuk terus bergerak dan berpandangan positif tentang masa depan diri dan keluarganya.

5. Changing attitude

Setelah dapat memaknai kenyataan akan gangguan pada anak pertamanya, subjek yang semula tertekan dan dikuasai banyak perasaan negatif kemudian aktif mencari informasi tentang gangguan tersebut. Subjek berusaha memahami gangguan anak lebih dalam untuk membekali diri dalam upaya memfasilitasi dan membantu anak untuk berkembang optimal. Tujuan hidup yang dimiliki subjek mengarahkannya untuk

melakukan berbagai upaya demi perubahan kondisi anak menjadi lebih baik.

6. Self commitment

Subjek memiliki komitmen yang positif dan kuat pada dirinya sendiri bahwa subjek tidak akan pernah menyerah mengasuh anak *Asperger's Syndrome*.

7. Directed activities and fulfilling meaning

Subjek melakukan berbagai upaya untuk membuat kondisi anak menjadi lebih baik, seperti mengikutkan anak pada bermacam-macam jenis terapi. Menurut subjek, segala hal yang dapat membuat kondisi anaknya membaik patut untuk dicoba. Subjek banyak berinteraksi dan menjalin relasi dengan oranglain untuk memenuhi kebutuhan informasi akan gangguan anak dan sebagai bentuk upaya untuk memahami gangguan anak lebih dalam.

8. Meaningful life

Subjek menilai kenyataan anak pertamanya menyandang *Asperger's Syndrome* sebagai suatu ujian sekaligus berkah. Subjek merasa tetap bersyukur karena diberikan kesempatan lebih untuk belajar keikhlasan dan kesabaran lewat gangguan anak.

9. Happiness

Subjek merasa bahagia dengan kehidupannya saat ini, walaupun belum sepenuhnya bahagia. Makna bahagia menurut subjek berarti mensyukuri setiap kejadian hidup. Subjek merasa mulai bisa menerima kenyataan dalam hidupnya bahwa anak pertamanya memang berbeda dengan anak lain.

PEMBAHASAN

Subjek menjalani proses yang sangat panjang untuk bisa menerima kenyataan dan menemukan makna dibalik kondisi anak yang menyandang *Asperger's Syndrome*. Subjek menolak kenyataan tentang gangguan pada anak sejak pertama kali merasakan ada hal yang tidak biasa terjadi pada kandungannya hingga anak berusia kurang lebih 3.5 tahun. Selama kurang lebih 3.5 tahun itu, pikiran dan perasaan subjek banyak dikuasai oleh kebingungan-kebingungan akan kondisi anak.

Subjek tidak siap menerima diagnosis gangguan *Asperger's Syndrome* pada anak. Harapan subjek yang sangat besar untuk kembali memiliki anak yang sehat dan normal pasca keguguran tidak dapat terpenuhi karena ternyata anak lahir dengan mengalami gangguan perkembangan. Kenyataan yang bertolak belakang dengan harapan ini membuat subjek sangat kesulitan menerima kondisi anak. Kondisi ini juga diperkuat dengan sikap subjek yang menuntut anak harus tumbuh dan berkembang seperti anak normal yang lain.

Kehadiran anak kedua menjadi sebuah momentum yang memunculkan keyakinan baru dalam diri subjek tentang gangguan anak. Interaksi antara anak pertama dan kedua menunjukkan kepada subjek bahwa anak pertamanya memiliki potensi untuk berkembang lebih baik sekalipun mengalami gangguan *Asperger's Syndrome*. Kondisi ini memunculkan harapan yang sangat besar dalam

diri subjek bahwa anaknya bisa sembuh dan tumbuh normal seperti anak-anak yang lain.

Adanya potensi dan harapan besar tentang kesembuhan anak memunculkan keyakinan dalam diri subjek bahwa tuntutannya selama ini agar anak tumbuh dan berkembang secara normal akan bisa terpenuhi. Keyakinan ini membuat subjek mengupayakan berbagai macam cara untuk memenuhi tuntutannya terhadap anak. Subjek mengikutsertakan anak pada berbagai macam terapi dan juga kerap menekan terapis anak dengan meminta program terapi yang terlalu banyak dan tidak disesuaikan dengan kemampuan anak.

Berbagai macam upaya yang dilakukan subjek untuk kesembuhan anak sebetulnya merupakan sebuah usaha subjek untuk meyakinkan dirinya sendiri bahwa anaknya betul-betul bisa sembuh seperti anak normal yang lain. Dibalik optimismenya tentang kesembuhan anak, subjek sebetulnya memiliki ketakutan dan kekhawatiran yang sangat besar dalam dirinya tentang gangguan anak. Subjek tidak siap jika menerima kenyataan yang tidak sesuai dengan harapannya tentang gangguan anak. Ini juga menjadi salah satu pemicu subjek menolak bertemu dengan psikolog sebagai salah satu upaya untuk memahami gangguan anak secara lebih detail.

Segala hal yang dilakukan subjek tersebut bukan hanya untuk kesembuhan anak. Namun lebih pada usaha untuk membuktikan pada suami, keluarga, dan lingkungan sekitar yang selama ini kurang berpandangan positif tentang gangguan anak. Subjek melakukan berbagai

upaya tersebut sebagai pembuktian bahwa kondisi sang anak tidak seburuk pandangan keluarga dan orang di lingkungan sekitarnya. Hal ini juga menjadi bentuk upaya subjek untuk menunjukkan pada suami tentang peluang kondisi anak menjadi lebih baik. Subjek ingin membuktikan dan mengajak suami untuk lebih memahami serta peduli pada kondisi anak.

Kurangnya dukungan sosial dari orang-orang terdekat menjadi sebuah hambatan bagi subjek untuk mencapai kebahagiaan hidupnya secara utuh. Suami sebagai satu-satunya orang yang memiliki kedekatan fisik dan psikis dengan subjek tidak dapat memberikan dukungan sosial secara penuh. Tuntutan pekerjaan membuat suami subjek harus banyak menghabiskan waktu dan perhatian di luar rumah. Sehingga waktu dan perhatian suami untuk keluarga sangatlah terbatas. Selain itu, suami subjek menunjukkan sikap kurang peduli akan gangguan anak.

Kurangnya dukungan sosial dari orang terdekat juga tampak dari hubungan subjek dengan keluarga besar yang relatif renggang. Sejak kecil subjek tidak memiliki kedekatan dengan ayah dan saudara kandungnya. Subjek bahkan sering bertengkar dengan ayah karena berbeda pendapat. Terlebih lagi setelah ibu kandung subjek meninggal dan ayahnya menikah kembali. Hubungan subjek dengan ayah dan saudara kandungnya semakin renggang. Diagnosis gangguan pada anak pertama subjek membuat kedekatan subjek dengan keluarganya kian sulit terjalin akrab. Keluarga besar subjek masih banyak yang

memberikan penilaian negatif tentang gangguan pada anak pertama subjek. Kondisi ini kerap membuat subjek dan anaknya dikucilkan dalam lingkungan keluarga besar.

Karakteristik personal subjek yang menutup diri tentang kehidupan afeksi pun membuatnya memperoleh dukungan sosial yang sangat minim dari orang-orang terdekat. Hingga akhirnya subjek merasa menjadi *single fighter* dalam pengasuhan anak. Subjek merasa sendiri dan tidak memiliki “tim” yang membantunya mengasuh anak. Kenyataan ini menjadi sebuah kondisi yang sangat berat karena subjek harus menghadapi situasi sulit yang tidak diharapkan itu sendiri dan tanpa dukungan dari oranglain. Berbagai macam kondisi ini memunculkan banyak kekhawatiran dan kecemasan dalam diri subjek mengenai kondisi dan masa depan anak serta keluarga kecilnya.

Subjek banyak menuntut anak untuk tumbuh dan berkembang seperti anak normal yang lain. Berbagai macam cara dilakukan supaya anak bisa berkembang normal seperti yang diharapkannya. Hal ini membuat subjek kerap menekan anak, seperti diikutsertakan dalam berbagai upaya penyembuhan dengan mengesampingkan kesejahteraan anak. Subjek terus menekan anak dan orang-orang di sekitar, seperti terapis untuk memenuhi tuntutan tentang perubahan anak. Tuntutan subjek ini menjadi sebuah sarana pembuktian dan usaha subjek untuk mendapatkan perhatian dari suami dan menunjukkan bahwa anak bisa berkembang lebih baik. Subjek juga berusaha menepis anggapan negatif dari keluarga besarnya tentang

kondisi anak dengan menunjukkan bahwa anak bisa tumbuh dan berkembang normal.

Ada harapan besar dalam diri subjek bahwa anaknya kelak akan tumbuh dan berkembang normal seperti anak lain. Akan tetapi disisi lain, subjek merasa tidak siap dan khawatir bahwa harapannya itu tidak dapat terpenuhi. Hal ini membuat subjek terus menekan dan menuntut anak.

Kurangnya dukungan sosial dari orang terdekat, banyaknya kekhawatiran, kecemasan, dan tuntutan ini menyulitkan subjek untuk menghadapi kenyataan serta memunculkan ketakutan bagi subjek untuk menerima fakta-fakta baru dalam hidupnya. Hal ini menggambarkan bahwa subjek belum mencapai kebahagiaan hidupnya secara utuh.

PENUTUP

Kesimpulan

1. Secara umum, proses pencapaian kebahagiaan yang dilalui subjek adalah: *tragic event* → *meaningless life* → *self insight* → *finding meaning and purposes life* → *changing attitude* → *self commitment* → *directed activities and fulfilling meaning* → *meaningfull life* → *happiness*.
2. Subjek menjalani proses yang sangat panjang untuk bisa menerima fakta tentang gangguan anak dan menemukan makna dibalik peristiwa tragis yang dialaminya. Sejak awal, subjek menolak kenyataan tentang gangguan anak. Kehadiran anak pertama ini adalah sesuatu yang sangat

- dinantikan oleh subjek setelah sebelumnya mengalami keguguran. Kenyataan tentang gangguan anak menjadi hal yang sangat bertolak belakang dengan harapan dan membuat subjek merasa tertekan. Subjek menuntut anak untuk tumbuh dan berkembang seperti anak normal lainnya.
3. Subjek menjalani proses selama kurang lebih 3.5 tahun untuk menerima kondisi anak. Kehadiran anak kedua menjadi sebuah momentum yang memunculkan keyakinan baru dalam diri subjek tentang gangguan anak. Interaksi antara kedua anak menunjukkan kepada subjek bahwa anak pertamanya memiliki potensi untuk tumbuh dan berkembang lebih baik sekalipun menyandang *Asperger's Syndrome*. Ada harapan besar dalam diri subjek bahwa anaknya akan sembuh seperti anak normal pada umumnya.
 4. Melihat potensi besar dalam diri anak dan harapan anak akan sembuh memunculkan keyakinan dalam diri subjek bahwa tuntutannya selama ini kepada anak akan bisa terpenuhi. Kondisi ini membuat subjek melakukan berbagai upaya untuk memenuhi tuntutannya. Subjek mengikutsertakan anak pada berbagai macam program terapi dan kerap menekan terapis. Subjek menginginkan anaknya bisa segera berubah menjadi lebih baik seperti anak normal lain. Hal ini membuat subjek kerap menuntut berbagai macam jenis terapi pada terapis dengan mengesampingkan kemampuan dan kesejahteraan anak.
 5. Berbagai macam upaya penyembuhan anak yang dilakukan subjek bukan hanya bertujuan untuk mengubah kondisi anak. Namun juga sebagai bentuk usaha subjek untuk meyakinkan dirinya sendiri bahwa anaknya memang betul-betul bisa sembuh. Ada ketakutan besar dalam diri subjek bahwa kondisi anak yang selama ini dikhawatirkannya akan benar terjadi. Sehingga subjek berusaha keras untuk membuktikan bahwa anaknya betul-betul bisa sembuh.
 6. Usaha keras yang dilakukan subjek juga menjadi sebuah sarana pembuktian subjek kepada suami, keluarga besar, dan lingkungan sekitar yang selama ini masih memandang sebelah mata dengan kondisi anak. Subjek ingin membuktikan pada suami bahwa kondisi anak bisa berubah lebih baik asal tertangani secara tepat sejak dini. Ini merupakan salah satu usaha subjek untuk mendapatkan perhatian dari suami yang selama ini kurang peduli dengan gangguan anak. Subjek juga memiliki kebutuhan untuk membuktikan kepada keluarga besar dan oranglain bahwa anak pertamanya tidaklah seburuk penilaian oranglain.
 7. Adanya kebutuhan untuk memenuhi tuntutan ini membuat subjek kerap menekan anak dan terapis disekitarnya untuk melakukan segala macam cara untuk mengubah kondisi anak. Subjek kerap

- mengesampingkan kesejahteraan dan kemampuan anak.
8. Subjek kurang mendapat dukungan sosial dari orang-orang terdekat. Suami sebagai satu-satunya orang yang dekat dengan subjek adalah seseorang yang sangat sibuk dan tidak memiliki banyak waktu untuk keluarga. Suami subjek juga kurang peduli dengan segala sesuatu yang terjadi di dalam rumah, termasuk mengenai pengasuhan anak. Dari pihak keluarga besar, mayoritas masih memberikan penilaian negatif terhadap subjek dan anak pertamanya sehingga membuatnya kerap dikucilkan di lingkungan keluarga besar. Selain itu, karakteristik personal subjek yang tertutup mengenai kehidupan afeksi membuat subjek semakin sulit menerima dukungan sosial dari orang lain.
 9. Minimnya dukungan sosial yang diterima subjek dalam hidup membuatnya merasa tidak memiliki tim dalam mengasuh anak. Subjek merasa sendiri dalam mengasuh anak dan menghadapi berbagai macam kesulitan dalam hidupnya. Hal ini dirasakan menjadi sebuah kondisi yang berat bagi subjek karena subjek harus berjuang sendiri menghadapi berbagai kenyataan dalam hidupnya.
 10. Banyaknya kekhawatiran, kecemasan, dan tuntutan dalam diri subjek membuatnya sulit menerima dan menghadapi kenyataan hidup serta memunculkan ketakutan bagi subjek untuk menghadapi situasi sulit dalam hidupnya.
 11. Bahagia berarti menerima dan mempersepsikan secara positif setiap kejadian dalam hidup, seburuk apapun kejadian tersebut. Sikap subjek yang meyakini tuntutan-tuntutan tentang kesembuhan anak dan memaksa anak untuk memenuhi tuntutannya menunjukkan bahwa subjek belum sepenuhnya menerima kondisi anak. Subjek tidak siap menerima kenyataan hidup yang berlawanan dengan harapannya. Hal ini juga ditunjukkan dengan besarnya kecemasan subjek untuk mengetahui kondisi anak sesungguhnya secara lebih detail, misalnya dengan menemui psikolog. Subjek belum mempersepsikan secara positif gangguan *Asperger's Syndrome* pada anak dan terlalu berambisi memenuhi tuntutan bahwa anak harus sembuh seperti anak normal yang lain. Kondisi ini menunjukkan bahwa kebahagiaan belum terbentuk secara utuh dalam diri subjek.
 12. Kebahagiaan yang sudah ada dalam diri subjek meskipun belum terbentuk secara utuh dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti: faktor pendidikan, gender, faktor ekonomi keluarga yang tercukupi, dan optimisme terhadap masa depan keluarga.

Saran

1. Bagi subjek dan ibu yang memiliki anak penyandang *Asperger's Syndrome*.

Kehadiran anak penyandang *Asperger's Syndrome* adalah sesuatu yang terjadi di luar harapan namun bukan berarti menutup peluang bagi ibu untuk membentuk

kebahagiaan dalam hidup. Ibu disarankan untuk dapat menerima sepenuhnya kondisi anak dengan segala kekurangan dan kelebihannya. Sekalipun menyandang *Asperger's Syndrome*, anak tetap memiliki potensi dan kualitas yang dapat dikembangkan secara optimal dalam dirinya. Penerimaan penuh seorang ibu akan kondisi anak yang menyandang *Asperger's Syndrome* diharapkan akan membantu ibu untuk menemukan makna hidup dibalik kenyataan hidup yang tidak sesuai dengan harapan. Adanya penolakan dan tuntutan dalam diri ibu terkait dengan kondisi anak akan menghalangi pencapaian makna hidup ibu. Tuntutan besar dari ibu juga akan berdampak negatif bagi anak karena ibu hanya akan berfokus pada kepentingannya untuk memenuhi tuntutan tanpa memperhatikan kesejahteraan anak. Penerimaan ibu terhadap kondisi anak akan mengarahkan aktivitas ibu agar berorientasi pada upaya optimalisasi tumbuh kembang anak dengan tetap memperhatikan kesejahteraan anak.

Selain itu, ibu disarankan mendatangi psikolog untuk menjalani evaluasi psikologis bagi anak. Evaluasi psikologis menjadi salah satu proses dan langkah dasar dalam memahami kondisi gangguan anak secara lebih detail dan akurat. Hasil dari proses evaluasi psikologis dapat digunakan sebagai arahan untuk penentuan proses penanganan yang tepat untuk anak dengan memperhatikan potensi yang dimiliki anak.

Sehingga diharapkan proses penanganan untuk gangguan anak dapat dilakukan secara tepat dan optimal.

2. Bagi suami atau keluarga ibu yang memiliki anak penyandang *Asperger's Syndrome*.

Seorang ibu yang memiliki anak penyandang *Asperger's Syndrome* membutuhkan dukungan dari lingkungan sekitar untuk menguatkan diri dalam menghadapi situasi sulit yang tidak diharapkan. Suami atau keluarga sebagai orang terdekat dengan ibu, disarankan mampu memahami kondisi yang terjadi pada anak *Asperger's Syndrome* dan berusaha untuk menerima kondisi anak. Penerimaan terhadap kondisi anak akan membantu orang-orang terdekat untuk bisa memberikan dukungan fisik, psikis, dan sosial secara penuh kepada ibu. Dukungan dari orang terdekat akan menguatkan ibu untuk memandang positif setiap kejadian dalam hidupnya dan diharapkan akan membantu ibu mencapai kebahagiaan hidup.

3. Bagi masyarakat.

Masyarakat disarankan memberikan dukungan sosial kepada ibu yang memiliki anak penyandang *Asperger's Syndrome* dengan tidak mengucilkan anak maupun ibu dalam kehidupan bermasyarakat. Perlakuan dan stigma positif dari masyarakat diharapkan dapat membantu ibu untuk meningkatkan kualitas dirinya dan pengasuhan anak di tengah kondisi yang tidak diharapkan.

4. Bagi pihak sekolah atau tempat terapi.

Pihak sekolah atau terapi disarankan dapat menjaga dan meningkatkan komunikasi dengan orangtua, khususnya ibu terkait dengan tumbuh dan kembang anak *Asperger's Syndrome* selama beraktivitas. Pihak sekolah dan tempat terapi disarankan juga memberikan lebih banyak motivasi dan masukan bagi ibu dalam optimalisasi pengasuhan anak untuk memunculkan rasa optimis dalam diri ibu bahwa sang anak dapat tumbuh dan berkembang lebih baik.

Kartono, K. 1992. *Psikologi Wanita: Mengenal Wanita sebagai Ibu dan Nenek (Jilid 2)*. Bandung: Mandar Maju.

Mangunsong, Frieda., dkk. 1998. *Psikologi dan Pendidikan Anak Luar Biasa*. Jakarta: LPSP3 UI.

Miles, B.B., dan A.M. Huberman. 1992. *Analisa Data Kualitatif*. Jakarta: UI Press.

Myers, D. 2002. *The Pursuit of Happiness : Who is Happy and Why ?*.Harper Paperbacks.

Poerwandari, Kristi. 2005. *Pendekatan Kualitatif untuk Penelitian Perilaku Manusia*. Jakarta: LPSP3 UI.

Safaria, T. 2005. *Autisme: Pemahaman Baru untuk Hidup Bermakna bagi Orangtua*. Yogyakarta: Graha Ilmu.

Seligman, M. E. P. 2002. *Menciptakan Kebahagiaan dengan Psikologi Positif (Authentic Happiness)*. Bandung : PT. Mizam Pustaka.

Sugiyono. 2009. *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. Bandung: CV. Alfabeta.

William, C. dan Wright, B. 2004 . *How To Live With Autism and Asperger Syndrome*. Jakarta: Dian Rakyat.

DAFTAR PUSTAKA

Adams, R.A., Gordon, C., Spangler, AA. 1999. *Maternal Stress in Caring for Children with Feeding Disabilities: Implication for Health Care Provider*. Journal of The American Dietetic Association, 99,5. FTP proquest.com/pqdauto.htm. Diunduh tanggal 5 Januari 2013.

Attwood, Tony. 2005. *Sindrom Asperger, Panduan Bagi Orangtua dan Profesional*. Jakarta: Serambi.

Bastaman, H. D. 1996. *Meraih Hidup Bermakna. Kisah Pribadi dengan Pengalaman Tragis*. Jakarta : Paramadina.

Carr, A. 2004. *Positive Psychology : The Science of Happiness and Human Strengths*. Hove & New York : Brunner-Routledge Taylor & Francis Group.

Cohen, D.J dan Volkmar, F.R. (1997). *Handbook of Autism and Pervasife Development Disorders (2nd Ed)*. New York: John Wiley & Sons. Inc.

Duffy, K.G. dan Atwater, E. 2005. *Psychology For Living: Adjusment, Growth, and Behavior Today (8th Ed)*. New Jersey: Prentice Hall.