

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Pusat Layanan Disabilitas dan Pendidikan Inklusi yang biasa disebut dengan PLDPI berlokasi di Jl. Perdagangan, Komplek Bumi Indah Lestari II, dan berdiri pada bulan juni 2013. Pada awalnya PLDPI disebut dengan Pusat Layanan Autis atau PLA, yang menyediakan layanan pendidikan dan terapi bagi anak autis di Kalimantan Selatan. Namun, pada Desember 2018 PLA dirubah menjadi PLDPI yang siap untuk menangani anak disabilitas lain selain autis tetapi juga Tunagrahita, ABK Pola Asuh, *Speech Delayed*, dan lain-lain.

Pusat Layanan Disabilitas dan Pendidikan Inklusi (PLDPI) provinsi Kalimantan selatan merupakan suatu tempat atau lembaga yang memberikan layanan intervensi terpadu dan pendidikan transisi pada anak-anak penyandang disabilitas yang salah satunya adalah anak dengan gangguan autis. Layanan intevensi terpadu yang diberikan diantaranya seperti terapi wicara, perilaku, sensori integrasi, okupasi dan juga fisioterapi. Selain itu layanan pendidikan transisi diberikan dengan tujuan untuk mempersiapkan akan sebelum memasuki lembaga pendidikan formal.

1. Visi dan Misi PLDPI

a. Visi

Membentuk PLDPI menjadi pusat layanan terhadap anak penyandang disabilitas yang unggul dan profesional.

b. Misi

- 1) Mengembangkan potensi dan keterampilan anak penyandang disabilitas
- 2) Meningkatkan layanan intervensi terpadu pada anak penyandang disabilitas
- 3) Menyelenggarakan pendidikan transisi serta program pendidikan inklusi bagi anak dengan disabilitas sehingga dapat berkembang secara optimal.

2. Fasilitas dan Ruang yang Tersedia

a. Fasilitas

Adanya pelayanan konsultasi yang tersedia untuk orang tua dan masyarakat yang membutuhkan, terdapat perpustakaan yang bisa diakses untuk membaca buku tentang anak disabilitas, adanya ruang tunggu yang bisa diakses orang tua atau wali saat menunggu anak melakukan terapi, adanya musholla yang bisa digunakan untuk beribadah. PLDPI juga menyediakan forum sebagai sarana komunikasi penghubung bagi orang tua dan staff, serta memperbolehkan untuk mengadakan perlombaan guna menyambut hari-hari besar nasional.

b. Ruang

Di PLDPI terdapat 52 ruangan yang terdiri dari ruangan bagi kepala, kasubag tata usaha, kasi pendidikan transisi dan administrasi, kasi intervensi terpadu, assesment transisi, pendidikan transisi, tenaga intervensi, ruangan intervensi (perilaku, wicara dan okupasi), ruangan okupasi (sensori integrasi, snozelen, bina diri), ruangan fisioterapi, gudang (alat permainan, dan

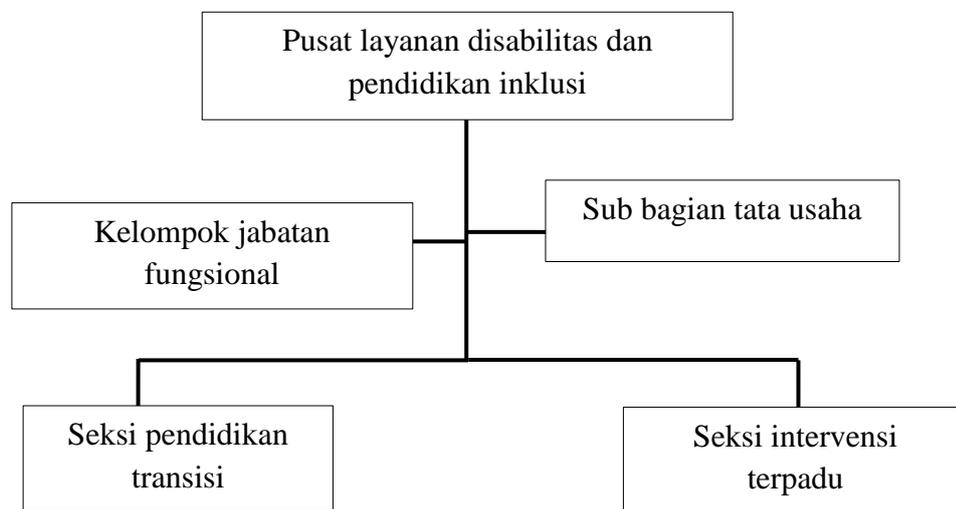
perlengkapan), kelast transisi, pelaksana tata usaha, teknologi informasi, konsultasi dokter, ruang rapat, perpustakaan, dapaur, aula, pendopo, musholla, parkir, ruang tunggu orang tua, post satpam dan toilet.

3. Ragam Disabilitas di PLDPI

Tabel. 4.1 Jenis Disabilitas Anak

Jenis Disabilitas	Laki-laki	Perempuan	Total
Autis	36	10	46
RM	5	1	6
Speech Delay	17	4	21
Delay Development	-	1	1
ADD	1	-	1
ADHD	2	1	3
JUMLAH TOTAL	61	17	78

4. Struktur Lembaga PLDPI



Skema. 4. 1 Struktur Lembaga PLDPI

B. Hasil Penelitian

1. Pelaksanaan Penelitian

Penelitian resmi dimulai pada bulan November-Desember 2023. Penelitian dilakukan melalui wawancara dan diiringi dengan proses observasi tak langsung pada subjek penelitian. Selama proses wawancara berlangsung peneliti menggunakan alat bantu sebagai alat perekam yang berfungsi untuk memudahkan dan memperlancar proses wawancara.

Pengumpulan data melalui wawancara dilakukan dengan dua metode yaitu secara langsung (bertatap muka) dan secara virtual. Wawancara dilakukan dalam satu kali pertemuan. Selama wawancara berlangsung, peneliti menggunakan alat bantu seperti handphone untuk merekam jawaban subjek, buku tulis dan bolpoin untuk mencatat hasil observasi.

Peneliti juga melakukan observasi dengan metode observasi natural, merupakan observasi yang dilakukan dalam lingkungan alamiah subjek tanpa usaha untuk mengontrol atau merencanakan manipulasi terhadap perilaku subjek. Pengambilan data secara langsung dilakukan dengan cara mengunjungi subjek ketika mengantar anak melakukan terapi di PLDPI. Sedangkan pengambilan data secara virtual dilakukan dengan video call melalui whatsapp.

2. Identitas Subjek dan Informan Penelitian

Pada penelitian ini subjek penelitian terdiri dari dua pasang orang tua yang memiliki anak dengan gangguan autis. Narasumber penelitian terdiri dari dua orang ibu dan dua orang ayah, identitas dari subjek penelitian yaitu sebagai berikut:

Tabel. 4.2. Identitas Subjek Penelitian

No	Subjek Penelitian	Usia	Pekerjaan	Inisial Anak	Usia Anak
1.	NA (Ibu)	39 thn	IRT	HAR	6 thn
2.	AN (Ayah)	45 thn	Guru		
3.	MS (Ibu)	36 thn	IRT	SAM	7 thn
4.	R (Ayah)	40 thn	Swasta		

Adapun informan penelitian pada penelitian ini terdiri dari tiga orang yaitu tetangga dan keluarga subjek, identitas dari informan penelitian yaitu sebagai berikut:

Tabel. 4.3. Identitas Informan Penelitian

No.	Informan Penelitian	Jenis Kelamin	Usia	Hubungan dengan Subjek Penelitian
1.	AJ	P	41 thn	Tetangga sekaligus teman subjek NA
2.	NS	P	40 thn	Tetangga subjek AN
3.	MH	L	70 thn	Ayah subjek MS
4.				Ayah mertua subjek R

3. Deskripsi Subjek dan Informan Penelitian

a. Subjek NA (Ibu dari HAR)

NA merupakan ibu rumah tangga yang berusia 39 tahun. NA memiliki dua orang anak dan untuk anak yang kedua bernama HAR. HAR adalah anak berkebutuhan khusus dengan gangguan autis yang berusia 6 tahun dan berjenis kelamin laki-laki. Autis pada HAR diduga disebabkan oleh kelebihan konsumsi vitamin selama masa kehamilan, adanya keturunan dan pola asuh yang salah. Dalam merawat kedua anaknya NA berusaha sebaik mungkin untuk tidak memperlakukan keduanya secara berbeda. NA senantiasa menyayangi kedua anaknya dengan adil, selalu bersyukur dan bersabar dalam merawat anak. Selama

merawat HAR ibu NA tentunya harus memberikan tenaga yang ekstra dikarenakan HAR merupakan anak yang sangat aktif, apalagi jika dibandingkan dari segi fisik HAR memiliki bobot badan yang agak besar diusianya yang baru 6 tahun.

Pada saat wawancara NA berpenampilan lumayan rapi menggunakan baju rajut berwarna kuning dengan motif garis-garis berwarna coklat, dipadukan dengan celana kain berwarna hitam dan juga kerudug hitam serta tas slempang kecil yang juga berwarna hitam. Dalam sesi wawancara NA sangat kooperatif dan terbuka dalam menceritakan kondisinya, NA sempat menitikkan air mata ketika berbicara tentang proses penerimaan dirinya akan kondisi anak. NA selalu tersenyum ketika berbicara tentang anaknya.

b. Subjek AN (Ayah dari HAR)

AN merupakan responden penelitian yang berusia 45 tahun. AN bekerja sebagai seorang guru dan memiliki dua orang anak. Anak yang kedua berjenis kelamin laki-laki bernama HAR yang memiliki gangguan autis. AN mengaku sangat kaget dan tidak menyangka jika anaknya mengalami autis. Tapi seiring bejalannya waktu AN mengatakan sudah bisa menerima dan berlapang dada akan kondisi anaknya dan senantiasa berikhtiar untuk kesembuhan sang anak. AN berusaha bersikap adil dengan kedua anaknya dan tidak membeda-bedakan. Dari segi perekonomian AN termasuk dalam kategori berkecukupan, AN berusaha untuk senantiasa memenuhi segala kebutuhan yang berhubungan dengan kesembuhan anaknya.

Berdasarkan informasi dari istrinya AN merupakan orang yang tertutup, hal ini juga terlihat selama proses wawancara berlangsung dimana AN kurang bercerita tentang pengalamannya secara leluasa, AN hanya menceritakan poin-poin utama yang berhubungan dengan pertanyaan. Saat sesi wawancara AN menggunakan baju kaos berwarna coklat muda, dengan rambut yang disisir rapi.

c. Subjek MS (Ibu dari SAM)

MS merupakan ibu rumah tangga yang berusia 36 tahun dan memiliki tiga orang anak. Anak yang pertama bernama SAM dan mengalami gangguan autis. Autis pada SAM diduga disebabkan oleh beberapa hal, pertama selama masa awal kehamilan ibu MS mengaku pernah mengalami stres berat, lalu diusia 7 bulan ibu MS sering bolak-balik ruang ICU dan ugd karena menemani ayahnya yang sedang sakit. Yang kedua, dikarenakan pemberian gadget pada anak. MS mengatakan kesabaran dalam merawat 3 orang anak sangat diuji, dikarenakan MS bukan merupakan orang yang penyabar. MS menyebutkan sedang berusaha untuk berubah menjadi orang yang lebih sabar lagi dalam merawat anak-anaknya apalagi anaknya yang berkebutuhan khusus.

Saat sesi wawancara MS berpenampilan rapi dengan menggunakan gamis berwarna navy yang dipadukan dengan hijab syar'i panjang berwarna hitam serta masker berwarna putih yang menutupi setengah wajahnya. Dalam sesi wawancara MS sangat terbuka dengan keadaan dan pengalamannya selama merawat anak. Sering kali MS menghela napas berat ketika membahas tentang dirinya yang belum bisa berubah menjadi ibu yang baik untuk anaknya.

d. Subjek R (Ayah dari SAM)

R merupakan responden penelitian yang berusia 40 tahun dan seorang pekerja swasta. R memiliki tiga orang anak. Anak pertama memiliki gangguan autis dan berjenis kelamin perempuan yang bernama SAM, sedangkan anak kedua dan ketiga berjenis kelamin laki-laki. Meskipun sibuk bekerja tidak membuat R menyerahkan pengasuhan anak kepada istrinya. Setelah selesai bekerja dan beristirahat sejenak R akan mendampingi istrinya mengasuh dan merawat anak-anaknya.

Saat sesi wawancara R berpenampilan rapi menggunakan jaket parasut berwarna navy yang dipadukan dengan celana berwarna coklat muda serta tas selempang berwarna hitam berukuran sedang. Selama sesi wawancara berlangsung R cukup kooperatif, hanya saja karena kesibukan yang dimiliki R membuat waktu wawancara tidak bisa berlangsung lama. Selama wawancara berlangsung R menjawab pertanyaan dengan suara yang agak kecil.

e. Informan AJ

AJ seorang ibu rumah tangga berusia 41 tahun. AJ merupakan tetangga ditempat subjek NA tinggal sekaligus teman subjek NA. Saat sesi wawancara AJ berpenampilan rapi dengan rambut yang diikat cepol dengan baju kaos berwarna marun yang dipadukan dengan celana berwarna coklat.

f. Informan NS

NS seorang ibu rumah tangga berusia 40 tahun. NS merupakan tetangga ditempat subjek AN tinggal. Suami NS sendiri merupakan teman dekat dari

subjek AN. Saat sesi wawancara NS berpenampilan rapi dengan jilbab berwarna coklat dan memakai baju dasar berwarna navy bermotif bunga.

g. Informan MH

MH seorang pensiunan guru yang berusia 70 tahun. MH merupakan ayah dari subjek MS (ibu) dan juga ayah mertua dari subjek R (ayah). Saat sesi wawancara MH berpenampilan rapi menggunakan baju kaos polos berwarna putih yang dipadukan dengan sarung berwarna coklat tua.

4. Gambaran Regulasi Emosi Orang Tua

a. Subjek NA (Ibu dari HAR)

Berdasarkan hasil wawancara bersama subjek NA, HAR (anak subjek) telah melakukan terapi di tempat sebelum PLDPI sejak umur dua tahun, selama masa terapi tersebut NA menyebutkan bahwa tidak ada perubahan pada HAR. Selama masa covid HAR berhenti total menjalani terapi, baru mulai terapi lagi di PLDPI saat usia menuju 5 tahun. Alasan NA membawa HAR terapi adalah berdasarkan dari saran keluarganya yang juga memiliki anak autis. Pada usia 18 bulan HAR di diagnosa autis, saat mengetahui hal tersebut NA merasa sedih dan tidak terima. NA sempat merasa tidak menyangka jika HAR autis, karena NA merasa pada awalnya HAR baik-baik saja. Adapun penyebab HAR autis adalah karena pola asuh yang salah atau juga problem selama masa kehamilan. Sebagaimana yang diungkapkan subjek dalam wawancara sebagai berikut;

*Eeee sedih dan kaget sih, siapa sih yang kada sedih pas tahu anak sorang kaya ini. Dan kada terima jua awalnya.... (S1, NA: B26-B28)
Kada nyangka mba awalnya, karna awalnya anak ku ini kada papa, anaknya pintar aja, kontak matanya ada, mau aja tetawa lawan orang,.... (SI, NA: B 33-B36)*

Pernyataan subjek diatas didukung oleh pernyataan yang didapatkan dari infroman peneltian yaitu sebagai berikut;

Wohh iya itu mba pas tau anaknya autis urang sedih dan kada terima jua, apalagi kan setau ku awal-awal itu anaknya gagapa mba, ya kaya anak normal pada umumnya sih. (IN1, AJ: B28-B31)

NA merupakan sosok yang tegas pada anaknya. Demi kebaikan anaknya NA mengikuti saran dari ahli gizi untuk melakukan diet ketat pada HAR. NA berharap Merasa jengkel saat merawat dan mengasuh HAR merupakan hal yang tidak bisa dihindari. Apalagi HAR merupakan anak yang semaunya sendiri dan sulit diatur. NA merupakan tipe orang yang mudah melampiaskan emosinya. Ketika emosi susah dikendalikan NA akan melampiaskannya secara langsung dengan cara marah-marah. NA menyebutkan ketika emosi susah dikendalikan tidak jarang diekspresikan dengan cara memukul ataupun mencubit anaknya. Seperti yang diungkapkan subjek dalam wawancara sebagai berikut.

Aku orang nya peledak mba ai, aku orang nya spontan, kalo sarik langsung bla bla bla bla habis tu habis ai lagi. Tapi terserah orang ai menangkap kepa. (S1, NA: B163-B166)

.....biasanya ku pukul didaerah kaki, atau dicubit bisa jua. Aku mukul mba ke anak ituu, tapi mukulnya didaerah kaki. (S1, NA: B170-B172)

Pernyataan subjek diatas didukung oleh pernyataan yang didapatkan dari infroman peneltian yaitu sebagai berikut;

Iya mba, orangnya dasar suka marah, mun marah tu langsung nyablak aja.... (IN1, AJ: B34-B35)

Ketika bisa mengendalikan emosi agar tidak meledak biasanya NA akan memilih untuk berdiam diri bahkan ada yang sampai menangis. Namun, sebisa mungkin NA akan berupaya bersabar dalam menghadapi anaknya. Berdoa, sholat dan mengaji menjadi aternatif lain bagi NA untuk mengekspresikan emosinya.

NA menyebutkan bahwa dirinya masih sangat bersyukur dengan keadaan anaknya jika dibandingkan dengan anak berkebutuhan khusus lain. Apalagi ketika melihat perkembangan anak yang meningkat menjadi hal yang sangat disyukuri NA. Semua ikhtiar yang dilakukan NA untuk anaknya adalah demi kebaikan anaknya juga. Sebagaimana yang dikatakan subjek dalam wawancara sebagai berikut;

Aku biasanya bediam mba bahkan ada yang sampe menangis, bebanyuan mata. Pokonya supaya kada meledak biasanya aku menangis. (S1, NA: B159-B161)

Iya jelas, sebisa mungkin aku banyak besbar mba mehadapi anak nih kalo sudah kada kawa lagi iya sampai tepukul kah atau tacubit kah. (S1, NA: B182-B184)

....Aku pas masuk sini mba ai banyak banar bersyukur nya. Oh alhamduillah anak ku keni dibandingkan anak orang lain. Nah beda cerita mun kita bekumpul dengan kekanakan normal lalu ai merasa anak sorang tu kurang. (S1, NA: B230-B233)

NA menyebutkan jika dirinya merasa bersalah karena sempat lalai pada anak. Maka dari itu NA berusaha untuk tidak lalai lagi dalam merawat anak meskipun kadang perasaan lelah merawat anak itu muncul. Sebisa mungkin NA memotivasi dirinya agar tetap bertahan. Tidak dipungkiri merawat anak yang berkebutuhan akan memerlukan perhatian yang ekstra hingga kadang menyita waktu NA untuk berinteraksi dengan orang lain. Seperti yang diungkapkan dalam wawancara sebagai berikut;

....Karna aku ngerasa lalai sebelumnya. Efek mama abahnya begawi anaknya malah keni. Jadi kada papa aku dirumah aja jar ku nih fokus lawan HAR aja. (W2.S1, NA: B4-B8)

Apa yaaa, aku tu kadang ngerasa lelah ngerawat anak tu ada jua mba ai. Cuma ku pikir lagi amun kada aku siapa lagi ketu nah, bujur pang ada abahnya jua, tapi mun lagi begawi abahnya mau pang ku abaikan anak tu. (W2.S1, NA: B18-B22)

Sedikit sih berkurangnya mba ai. Anakku ni aktif banar mba, kalo diluar tu bisa kesana kemari pang inya kada mau bediam. kadang aku dirumah aja menghindari inya yang kesitu kemari, tapi kada sepenuhnya dirumah jua, kadang ku bawa keluar jua mba ai. Tapi mun sudah diluar tu aku malah fokusnya ke inya aja karna takut apa-apa sih..... (W2.S1, NA: B31-B38)

Merawat dan mengasuh anak autis memerlukan kesabaran yang ekstra.

NA menyebutkan pada tahap awal menghadapi anak sering kali NA mengekspresikannya dengan cara marah ataupun memukul anak. Namun, seiring dengan berjalannya waktu NA mulai bisa mengendalikan emosi negatif yang dimilikinya dan tidak mengekspresikannya dengan cara yang negatif.

Dulu tu seringnya ketu aku mba, tapi Alhamdulillah sekarang aku sudah mulai bisa ngontrol emosi tu. Karna kan dipikirkan pulang mba ai disariki anaknya kada paham jua, jadi mun sudah handak sarik keanak tu aku tarik napas panjang mba ai sambil ngelus dada bestigfar sambil nyebut sabar, sabar, sabar. Berkaca dari sebelum-sebelumnya mba ai, aku bemamai kedida pengaruhnya jua malah meulah kada nyaman dan merasa bersalah ke anak. Inya tu belum paham, dimamai tetap ai kada paham jua kalo, jadi yasudah ketu nah. (W2.S1, NA: B54-B66)

Pernyataan diatas juga didukung dengan hasil observasi yang dilakukan peneliti saat bertemu dengan subjek penelitian menunjukkan bahwa subjek NA (ibu HAR) merupakan orang penyabar dan murah senyum, hal ini terlihat dari cara bagaimana ibu NA menanggapi ketika anaknya tidak bisa diam dan menariknya kesana-kemari saat menunggu giliran masuk sesi terapi. Ibu NA tetap mengikuti anaknya yang menarik dirinya dengan senyum sabar tanpa mengeluh, merasa keberatan ataupun marah pada anak.

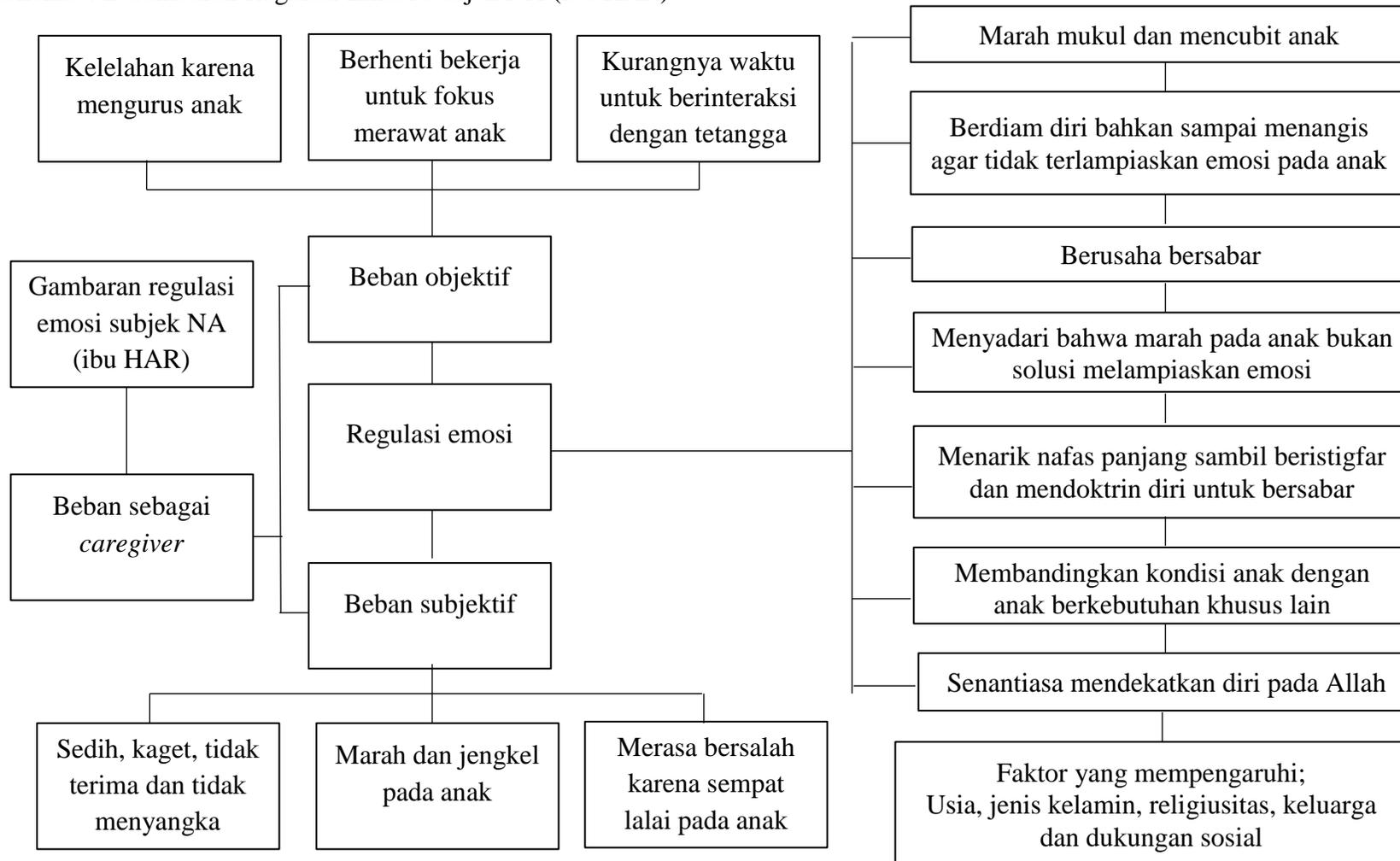
Subjek menyebutkan banyak mendapat dukungan dari keluarganya saat mengetahui kondisi anaknya. Terutama dari suaminya yang selalu mendampingi subjek. Dukungan positif lain juga subjek dapatkan dari tetangga dan teman-

temannya yang ditemui selama membawa anak melakukan terapi. Sebagaimana pernyataan subjek dalam wawancara sebagai berikut.

Alhamdulillah banar mba lah, kelurgaku nih kada yang menolak ataupun menjauhi aku. Malah keluarga ni ngasih dukungan supaya aku bisa menerima keadaan anak. (W2.S1, NA: B73-B76)

Nah dukungan terbesarku nih dari suami mba. Inya yang nuntun aku supaya bisa menerima dan bersabar dengan keadaan anak. Inya yang ngasih nasehat ke aku kalo bisi anak istimewa ini pasti ada hikmahnya. (W2.S1, NA: B78-B82)

Skema 4.2 Gambaran Regulasi Emosi Subjek NA (ibu HAR)



b. Subjek AN (Inisial Anak HAR)

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan bersama subjek, diketahui bahwa subjek merasa sedih dan tidak menyangka saat mengetahui kondisi anaknya yang mengalami gangguan autis. Namun, subjek berusaha untuk menerima kondisi anak dengan lapang dada. Sebagaimana yang diungkapkan subjek dalam wawancara berikut.

Hemm gimana yaa, awalnya itu sedih sih karna kada menyangka bakalan keni anaknya, tapi kada lawas jua sedihnya dan berusaha menerima takdir yang ada dengan lapang dada, ngarannya sudah dibarii oleh Allah ya mau gimana lagi ketu nah sudah jalanna bisi anak keni. (S2, AN: B24-B29)

Pernyataan subjek diatas juga didukung oleh pernyataan yang didapatkan dari informan penelitian yaitu sebagai berikut.

.....Kalo sidin ni pas awal-awal tahu anaknya keni itu sedih ding. Siapa sih yang kada sedih pas tau anak sorang lahir dalam keadaaan yang berbeda. Tapi jar sidin tu capat jua menerima keadaan, karna yang namanya takdir sudah digariskan jua lo. (IN2, AJ: B24-B37)

Apalagi saat itu subjek sama sekali tidak mengerti tentang anak autis. Untuk mengimbangi hal tersebut subjek mencari informasi-informasi yang relevan tentang anak autis guna mempelajarinya. Perilaku anak yang sulit diatur dan maunya sendiri tidak jarang membuat subjek merasa jengkel pada anak.

Subjek bukan meruapkan tipe yang mudah melampiaskan emosinya. Ketika merasa emosi subjek memilih untuk menjauh dan menenangkan dirinya. Subjek menyebutkan lebih memilih untk bekreluh-kesah pada sang maha kuasa dibandingkn melampiaskannya langsung pada anak. Subjek merasa bahagia dan bersyukur ketika melihat perkembangan anak meningkat. Sebagaimana yang diungkapkan subjek dalam wawancara sebagai berikut.

Aku lebih banyak bediam sih dan berusaha untuk menenangkan diri. Biasanya kalo sudah emosi itu lebih milih berjauh pang dan menenangkan diri dengan menarik napas dalam-dalam, banyak beistigfar jua gitu sih aku. (S2, AN: B64-B68)

Aku lebih milih menjauh sih dari anaknya dan berdiam diri aja dikamar sambil berusaha meredam emosi yang ada supaya kada terlampiaskan ke anaknya langsung. Karna kasian jua kan kalo harus telampiaskan ke inya, inya nya belum tentu paham jua. (S2, AN: B77-B82)

Aku lebih memilih untuk keluar rumah sih, biar setumat aja. Meghirup udara segar lepas dari hal-hal yang bikin emosi, karna aku sendiri bukan tipe yang kawa melampias kan emosi ketu nah dan lebih milih bediam ja atau menjauhi orang yang meulah emosi. (S2, AN: B97-B102)

Iya aku jarang marah, apalagi ke H itu kan takutnya malah bawa pengaruh kada baik ke inya. (S2, AN: B105-B107)

Pernyataan subjek diatas juga didukung oleh pernyataan yang didapatkan dari informan penelitian sebagai berikut.

Uhh kada ding, iya jar ku sidin tu adem kaya ubin masjid kah jar kanakan wahini wkwkwkwk. Sidin tu penyabar banar, balum terlihat pang aku nah selawasan betetangga ni sidin sarik atau kepa lah. Urangnya peginipan banar pang. Pernah tu ku takuni dengan laki ku kan, bah sidin tu bisa lah bah menyenyarik atau kepa kah, karna pelihatku urangnya pendiam. Iya jar abahnya kada pernah pang nah, urangnya tuh lebih rancak bahinip jar mun lagi emosi, kada handakk telampiaskan ke urang. Iya jar ku heh bagusnya ai ketu hehehe. (IN2, NS: B45-B57)

Merawat anak yang autis bukanlah hal yang mudah. Rasa lelah dari pekerjaan dan juga harus merawat anak merupakan hal yang tidak bisa dihindari. Bahkan kadang kala AN harus kurang tidur karna harus menemani anak yang tidak bisa tidur juga. AN menyebutkan waktunya lebih banyak dihabiskan bersama HAR dibandingkan dengan anaknya yang lain. AN juga menyebutkan waktu yang dihabiskan untuk anaknya masih kurang karna harus terbagi dengan pekerjaan yang juga menyita separuh waktunya.

Waktu yang kurang gasan anak. aku pribadi ngerasa aja kalau waktu yang kuhabiskan gasan merawat anak ni masih kurang. (W2.S2, AN: B1-B7)

Kerjaan mba. Makanya sebisa mungkin weekend itu ulun habiskan wan keluarga aja. (W2.S2, AN: B10-B11)

Kada sih mba, paling cuma apa ya ngerasa lelah, dan itu tu pasti sih karna bulik begawi habis tu lanjut ngerawat anak yang namanya lelah tu kada kawa dihindari, kadang beberapa kali kurang tidur. (W2.S2, AN: B19-B23)

Cuma mungkin waktu yang ku habiskan gasan HAR ini lebih banyak dibanding dengan anakku yang pertama. Secara kan anak pertama normal aja jadi apa-apa insyaallah bisa sorangan beda dengan HAR yang aktivitasnya masih perlu bantuan dari orang lain. (W2.S2, AN: B33-B39)

Dalam merawat anak AN sebisa mungkin menghadapinya tanpa emosi.

AN menyebutkan melampiaskan emosi pada anak bukan solusi terbaik yang bisa dilakukan. Ketika merasa emosi AN menyalurkan emosi tersebut dengan cara memperbanyak istigfar untuk membantu menenangkan dirinya. Jika dihadapkan dengan keadaan anak yang sedang tantrum AN lebih memilih untuk mendiamkan anak dan menunggunya hingga tenang sendiri dan menasehati anak terlepas dari apakah anak paham atau tidak. AN yakin suatu saat anak pasti akan bisa mengerti dengana apa yang disampaikan.

Kudiamkan sampai inya tenang, mun sudah tenang tu hanyar ku padahi begamatan ke anaknya. Paham kada pahamnya inya tetap kupadahi. Harapannya tu mudahan suatu saat kena inya bisa paham dengan apa yang kita padahi. (W2.S2, AN: B42-B47)

Pertama kalo ku lampiaskan dengan emosi jatuhnya jadi kada baik. Misalnya marah ke anaknya, itu kada jadi solusi jua kan. Apalagi ini kondisinya anak berkebutuhan kita handak sarik kayapa aja belum tentu inya paham. (W2.S2, AN: B52-B56)

Aku bujur bediam di muntung tapi dalam hati tu beucap istigfar banyak-banyak gasan meredam emosi dihati nih. Sambil bepikir jua mun telampiaskan dengan emosi malah khawatirnya bawa pengaruh kada baik keanak. Bejauh tu gin sambil dalam hati bedoa “ya allah perluas

lagi sabar hamba ni gasan merawat anak” ini tu jadi doa yang kada pernah ketinggalan habis sholat mba ai. (W2.S2, AN: B62-B70)

Skema 4.3 Gambaran Regulasi Emosi Subjek AN (ayah HAR)



c. Subjek MS (Inisial Anak SAM)

Berdasarkan hasil wawancara bersama subjek MS, diketahui bahwa subjek merasa tidak menyangka dan kaget saat tahu anak di diagnosa mengalami gangguan autis. SAM (anak subjek) telah melakukan terapi kampung atau pijat tradisional sejak umur 3,5 tahun. Adapun alasan SAM dibawa terapi adalah berdasarkan saran dari salah satu keluarga yang melihat SAM mengalami keterlambatan bicara dibandingkan anak seusianya. Berdasarkan hasil outopsi dari pijat kampung tersebut SAM dikatakan memang memiliki autis yang ringan dan akan bisa berbicara nanti setelah menjalani pijat pada bagian saraf-saraf nya.

Melihat tidak adanya perubahan pada anak saat umur 5 tahun subjek MS membawa anak untuk diperiksa ke dokter spesialis. Hasil diagnosa juga mengatakan bahwa SAM mengalami gangguan autis. Berdasarkan rujukan dari dokter tersebut SAM menjalani beberapa kali terapi di rumah sakit ulin dan setelah itu baru di rujuk ke PLDPI. Seiring dengan proses terapi anak subjek MS mencari-cari informasi yang berhubungan dengan anak autis. Subjek MS juga mencari tahu apa yang menjadi penyebab anak mengalami autis.

Pada awalnya subjek MS merasa tidak terima dengan keadaan anaknya yang autis. Subjek MS sempat menyalahkan dirinya sendiri, suaminya dan juga keadaan kenapa dia diberikan anak autis. Tidak sedikit waktu yang dihabiskan subjek MS untuk bisa menerima keadaan anaknya. Subjek MS mengaku masih mengalami kesulitan mengendalikan emosi untuk merawat dan mengasuh SAM. Subjek MS bukan termasuk orang yang penyebar sering kali subjek MS marah, berteriak dan bahkan memukul atau mencubit anak ketika emosi susah

dikendalikan. Sebagaimana yang diungkapkan subjek dalam wawancara sebagai berikut.

Pertama tu kada nyangka, kan tekajut nih kenapa, cari tahu kenapa anak ku kaya inih. Mungkin kah inya tu jadi autis kada mengira sama sekali.... (S3, MS: B23-B26)

Kada terima aku awalnya, tapi dipikirkan pulang ngarannya dibari,.... (S3, MS: B107-B108)

Soalnya aku pikirakan pulang dulu masih menyalahkan, karena ini lah aku karena itu lah. Tu aku masih menyalahkan, kadang ku masih sangkal,.... (S3, MS: B111-B114)

.....Tapi untuk masalah yang menggaduh ini emosi ku masih kada stabil pang. Menggaduh kakanya ni kada kawa masih ku kontrol. Masih terkontrol abahnya dari pada aku, iya tadi kesabaran setipis tisu wkwkwkwkwk..... (S3, MS: B158-B163)

Pernyataan subjek diatas juga didukung oleh pernyataan yang didapatkan dari informan penelitian yaitu sebagai berikut.

Gak terima mba, awal-awal tu ku ingat banar inya menyalahkan macam-macam. Kada terima panng wan anak yang autis tuh, karena memang kada disangka banar pang mba ai.... (IN3, MH: B26-B29)

Ketika bisa mengendalikan emosinya subjek MS memilih untuk bediam diri, menarik napas panjang, dan memilih untuk menyendiri. Cara lain yang kadang dilakukan subjek MS adalah dengan meminum kopi atau makan cemilan untuk menaikkan moodnya. Kadang-kadang subjek MS akan melampiaskan emosinya dengan cara berkeluh-kesah pada suaminya sepulang kerja, atau dengan memanjatkan doa kepada allah.

Hemm aku nih kan masih susah ngontrol emosi tuh jadi biasanya tuh bekuciak pang, ngunci kamar. Ku tinggalkan, ku tinggalkan yang betiga nih ku kunci kamar. Aku nih ngarannya ketuju kopi lah jadiku bawa ngopi dulu, habis tu kumakani coklat atau kumakani cemilan apa kah itu pang, tapi tetap ai jua pang kadang aku kada kawa ngontrol jua.... (S3, MS: B170-B177)

Subjek MS juga sempat merasa khawatir dan bertanya-tanya mengapa dirinya dianugerahkan anak berkebutuhan khusus, padahal dirinya bukan orang yang penyabar. Subjek mengatakan seharusnya orang yang memiliki anak berkebutuhan khusus adalah orang-orang dengan kesabaran yang luas. Tetapi setelah dipikirkan kembali subjek MS mengatakan mungkin sudah memang jalannya, sudah takdir Allah untuk memberikan anak berkebutuhan khusus pada dirinya sebagai bentuk untuk melatih kesabaran yang dimilikinya.

....Jadi aku sempat khawatir jua ketu nah kenapa dibari anak keni padahal aku bukan orang yang penyabar, maka org yg diberi anak berkebutuhan tu kan lo pasti orang yang sabar sedangkan aku ni urangnya kada penyabar, nah aku pernah mikir ketu jua berarti aku nih masih harus latihan sabarnya lagi. (S3, MS: B177-B184)

Subjek MS merupakan seorang ibu rumah tangga yang memiliki 3 orang anak yang tentunya akan sangat menguji kesabaran subjek MS yang setipis tisu. Sering kali emosi subjek MS susah dikendalikan dan diluapkan dengan cara marah-marah pada anak atau bahkan memukulnya. MS mengatakan ketika melihatnya marah SAM akan memiliki reaksi menutupi dirinya. Hal ini membuat subjek MS bertanya-tanya apakah anak memiliki trauma karena sikapnya yang kurang penyabar.

....Atau kaya pas inya tantrum tanpa sebab ketu nah aku biasanya ku diamkan ja kada ku bisai lagi, kulihatkan amun kada pas lagi emosi tuh kusuruh inya "beranai" ku kuciaki, sudahh. Tapi kadang kasian jua kam ketu nah inya ku sariki tarus, ada kadang inya tu reflek ikam melihat tu aku handak sangit inya kaya menghindar takutan ketu nah,.... (S3, MS: B195-B202)

Iya, emosi aku yang kada kawa terkontrol lagi, kadang memukul jua aku kadang ada ja, cuma kada yang sampai lebam ketu nh, mungkin dari situ lo jua inya jdi ada reflek kaya itu. (S3, MS: B212-B215)

Pernyataan subjek diatas juga didukung oleh pernyataan yang didapatkan dari informan penelitian yaitu sebagai berikut.

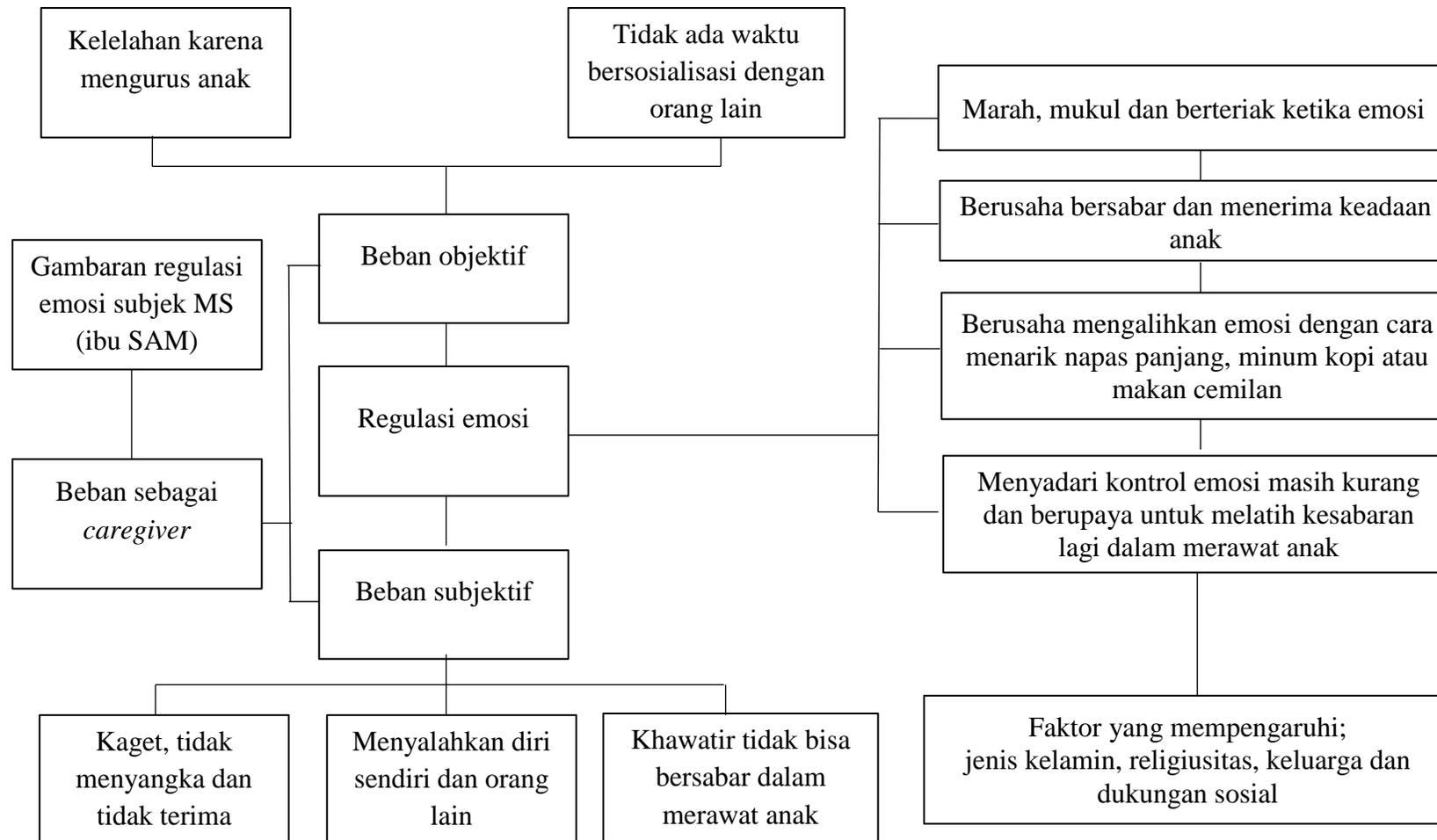
....Apalagi lo anak ku tu orangnya emosian, yaa bawaan dari akunya jua kalo lah. Besesarik wan anak tu sudahnya, memukul iya jua anakku tuh.
(IN3, MH: B29-B32)

Subjek sering berkaca pada orang-orang yang juga berada di posisi yang sama dengannya untuk meningkatkan perasaan syukur. Subjek bersyukur melihat perkembangan anak yang meningkat. Subjek merasa senang ketika anak bisa melakukan hal-hal yang sebelumnya tidak bisa. Subjek merasa masih ada harapan untuk anaknya menjadi lebih baik.

Subjek menyebutkan jika dirinya merasa kebingungan dalam mendidik anak berkebutuhan khusus. Emosi yang mudah terluapkan pada anak membuat subjek merasa belum bisa menjadi ibu yang baik bagi anaknya. Lelah merawat anak merupakan hal yang tidak bisa dihindari.

Temuan dari hasil observasi yang dilakukan peneliti saat bertemu dengan subjek penelitian menunjukkan bahwa Subjek MS (ibu SAM) merupakan seorang ibu yang mudah marah pada anaknya. Hal ini terlihat dari cara subjek ketika menghadapi anaknya yang sedang tantrum. Pada awalnya subjek berusaha menghadapi anaknya dengan sabar dan dengan suara yang lembut. Namun, karna tantrum pada anak tidak kunjung reda MS meninggikan suaranya pada anak dan menegur anaknya yang tidak kunjung diam. Subjek terlihat menghela dan menghembuskan nafasnya berkali-kali ketika melihat perilaku anak.

Skema 4.4 Gambaran Regulasi Emosi Subjek MS (ibu SAM)



d. Subjek R (Inisial Anak SAM)

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan, diketahui bahwa subjek merasa kaget dan tidak menyangka saat tahu memiliki anak autis. Subjek pada awalnya sempat merasa malu memiliki anak autis yang berbeda dengan anak pada umumnya.

Agak sedikit malu lah (S4, R: B24)

Karna kan kada sama dengan anak-anak yang lain, cuma kan untuk sekarang itu alhamdulillah sudah mulai menerima dengan keadaan anak yang kada sama lawan urang. (S4, R: B26-B29)

Pernyataan subjek diatas juga didukung oleh pernyataan yang didapatkan dari informan penelitian yaitu sebagai berikut.

....Jar nya supan baisi anak yang kada sama wan urang, apalagi anak pertama lo mba harapannya tinggi nih sudah wan anak sakalinya takdir allah berbeda. (IN4, MH: B13-B16)

Subjek meyebutkan perilaku anak yang sulit diatur kadang membuat subjek mudah marah. Selain itu, adanya tuntutan di pekerjaan kadang membuat subjek mudah merasa emosi. Subjek kadang mengekspresikan emosinya dengan cara marah-marah. Saat emosi pada anak subjek akan bersikap tegas dan kadang mencubit anak. Subjek menyebutkan Allah menjadi tempat untuk mengadu dan berkeluh-kesah.

Emm apa ya, aku ni jarang marah sebenarnya cuma kalo sudah marah tu bisa ku tegasi banar atau kada bisa bemamai yang lumayan padas ketu nah pandiran. (S4, R: B64-B67)

Ku tegasi anaknya, dan kadang-kadang tu bisa tecubit jua, menggerigit ke anaknya bisa jua. (S4, R: B64-B67)

Pernyataan subjek diatas juga didukung oleh pernyataan yang didapatkan dari informan penelitian yaitu sebagai berikut.

Inya tu masih penyabar mun dibandingkan wan anak ku, banyak bekalah jua inya wahini mun mehadapi anakku nih. Tapi lo mun sudah sarik tuh urangnya bamamainya itu png tesambat macam-macam. Kadang ku tagur tu sedang-sadang, pandiran kuitan nih kalo jadi doa banar am gasan anak tuh . (IN4, MH: B19-B25)

Urangnya tegas mba ai, pernah kan SAM itu nangis sambil mehamuk lo itu ditagur abahnya pang besuara tinggi ketu keanaknya, atau kada tecubit mba ai anaknya. (IN4, MH: B31-B34)

Subjek menyebutkan mengalami beberapa masalah selama merawat anak autis yaitu kesulitan dalam berkomunikasi dengan anak, kurangnya waktu dengan anak akibat pekerjaan, dan kurangnya waktu untuk diri sendiri. Sebagaimana disebutkan subjek dalam wawancara sebagai berikut.

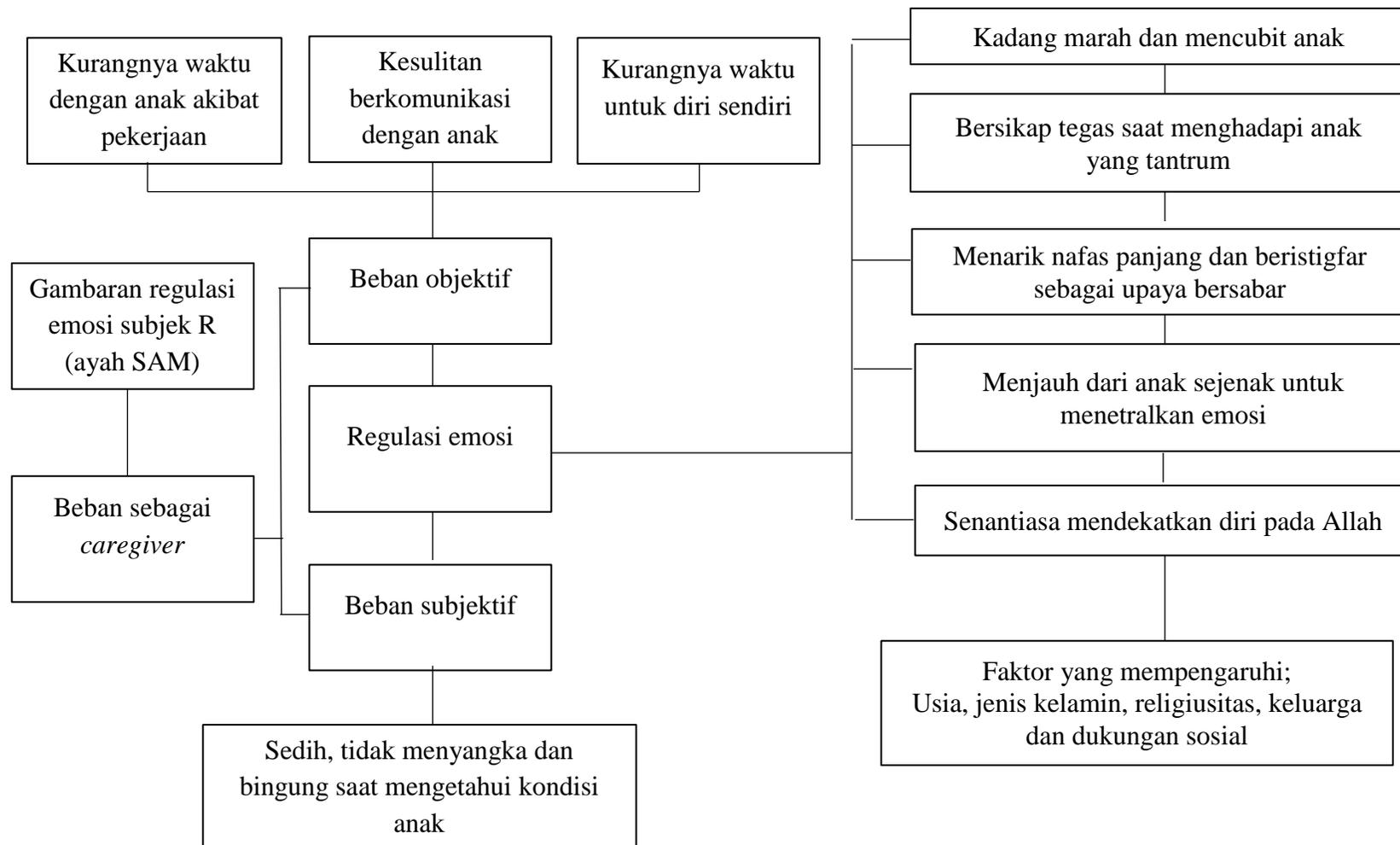
Ngalih berkomunikasi dengan anaknya sih. inya kada paham dengan apa yang kita padahi, paham sekali kena diulangny pulang. Jadi ekstra banar sorang nih mun handak memadahi anak tuh. (W2.S4, R: B5-B9)

Nah ini lah agak susah, aku begawi sampai malam kadang magrib atau isya hanyar dirumah. Lapah di gawian tu nyata dah sampai dirumah masih ada anak, selapah lapahnya dari gawian aku tetap meusahakan ada waktu gasan anak mun aku dirumah. (W2.S4, R: B13-B18)

Iya, kadang gasan sorang gin bisa kada tehatikan lagi. Makan kah lambat, guring kurang, istirahat kurang jua kadang. (W2.S4, R: B21-B23)

Temuan dari hasil observasi yang dilakukan peneliti saat bertemu dengan subjek penelitian menunjukkan bahwa subjek R (ayah SAM) merupakan seorang ayah yang tegas pada anaknya. Hal ini terlihat dari caranya dalam menghadapi anak yang sedang tantrum R terlihat menegur anak dengan suara yang lantang.

Skema 4.5 Gambaran Regulasi Emosi Subjek R (ayah SAM)



Tabel. 4.4 Tabulasi Hasil Penelitian

No.	Subjek	Aspek regulasi emosi			Faktor yang mempengaruhi
		Memonitor emosi	Mengevaluasi emosi	Memodifikasi emosi	
1.	NA (ibu HAR)	<ul style="list-style-type: none"> • Sedih, kaget, tidak terima dan tidak menyangka • Marah dan jengkel pada anak • Merasa bersalah karena sempat lalai pada anak • Kelelahan karena mengurus anak • Kurangnya waktu untuk berinteraksi dengan tetangga 	<ul style="list-style-type: none"> • Berhenti bekerja untuk fokus merawat anak • Marah mukul dan mencubit anak • Berdiam diri bahkan sampai menangis agar tidak terlampiaskan emosi pada anak • Berusaha bersabar • Menarik nafas panjang sambil beristigfar dan mendoktin diri untuk bersabar 	<ul style="list-style-type: none"> • Menyadari bahwa marah pada anak bukan solusi melampiaskan emosi • Membandingkan kondisi anak dengan anak berkebutuhan khusus lain • Senantiasa mendekatkan diri pada Allah 	<ul style="list-style-type: none"> • Usia • Jenis kelamin • Religiusitas • Keluarga • Dukungan sosial
2.	AN (ayah HAR)	<ul style="list-style-type: none"> • Sedih, tidak menyangka dan merasa bingung saat mengetahui kondisi anak • Kesulitan membagi waktu untuk anak dan pekerjaan • Kurangnya waktu dengan anak yang lain • Lelah dan kurang tidur 	<ul style="list-style-type: none"> • Marah mukul dan mencubit anak • Mengalihkan emosi negatif dengan cara menjauhi sumber emosi • Keluar rumah menghirup udara segar • Mendingkan anak yang sedang tantrum dan menasehati ketika sudah tenang 	<ul style="list-style-type: none"> • Yakin bahwa anak bisa sembuh • Senantiasa mendekatkan diri pada Allah 	<ul style="list-style-type: none"> • Usia • Jenis kelamin • Religiusitas • Keluarga • Dukungan sosial

3.	MS (ibu SAM)	<ul style="list-style-type: none"> • Kaget, tidak menyangka dan tidak terima • Menyalahkan diri sendiri dan orang lain • Khawatir tidak bisa bersabar dalam merawat anak • Kelelahan karena mengurus anak • Tidak ada waktu bersosialisasi dengan orang lain 	<ul style="list-style-type: none"> • Marah, mukul dan berteriak ketika emosi • Berusaha bersabar dan menerima keadaan anak 	<ul style="list-style-type: none"> • Berusaha mengalihkan emosi dengan cara menarik napas panjang, minum kopi atau makan cemilan • Menyadari kontrol emosi masih kurang dan berupaya untuk melatih kesabaran lagi dalam merawat anak 	<ul style="list-style-type: none"> • Jenis kelamin • Religiusitas • Keluarga • Dukungan sosial
4.	R (ayah SAM)	<ul style="list-style-type: none"> • Sedih, tidak menyangka dan bingung saat mengetahui kondisi anak • Kurangnya waktu dengan anak akibat pekerjaan • Kesulitan berkomunikasi dengan anak • Kurangnya waktu untuk diri sendiri 	<ul style="list-style-type: none"> • Kadang marah dan mencubit anak • Bersikap tegas saat menghadapi anak yang tantrum • Menarik nafas panjang dan beristigfar sebagai upaya bersabar 	<ul style="list-style-type: none"> • Menjauh dari anak sejenak untuk menetralkan emosi • Senantiasa mendekatkan diri pada Allah 	<ul style="list-style-type: none"> • Usia • Jenis kelamin • Religiusitas • Keluarga • Dukungan sosial

C. Pembahasan

Regulasi emosi memiliki peran yang penting dalam proses pengasuhan dan perawatan anak, dengan keadaan emosi yang lebih stabil akan membantu orang tua untuk lebih siap dalam memberikan pengasuhan dan perawatan yang menunjang pertumbuhan dan perkembangan anak. Stabilitasnya emosi orang tua menjadi kunci dalam memberikan pengasuhan dan perawatan yang sempurna bagi anak. Dalam teorinya Thompson menyebutkan aspek regulasi emosi terbagi menjadi tiga, yaitu; a) memonitor emosi, b) mengevaluasi emosi, dan c) memodifikasi emosi.¹

Pada aspek pertama yaitu memonitor emosi, merupakan kemampuan yang dimiliki individu untuk memonitor perasaan mereka yang berhubungan dengan situasi dan kondisi yang sedang terjadi. Memonitor emosi dapat dilihat dari reaksi subjek ketika mengetahui anaknya autis dan penilaian subjek terhadap aktivitas sehari-hari khususnya hambatan atau masalah yang dialami subjek selama merawat anak dengan gangguan autis.

Hasil wawancara menunjukkan bahwa, keempat subjek memiliki reaksi yang hampir sama saat pertama kali mengetahui kondisi anak yang didiagnosa mengalami gangguan autis. Subjek NA merasa sedih, kaget, tidak terima dan tidak menyangka. Subjek MS merasa kaget, tidak menyangka dan tidak terima. Subjek AN merasa sedih, tidak menyangka dan bingung. Dan subjek R merasa kaget dan sempat merasa malu memiliki anak autis. Reaksi pertama yang dialami oleh keempat subjek ketika mengetahui anaknya di diagnosa autis adalah sedih, kaget,

¹Triyono dan Rifai, *Efikasi Diri dan Regulasi Emosi dalam Mengatasi Prokrastinasi Akademik*, 36.

malu, bingung tidak menyangka, dan tidak menerima. Seperti yang diungkapkan oleh Wahidayanti bahwa kebanyakan orang tua akan mengalami syok saat mengetahui keadaan anak yang mengalami gangguan autis.²

Dalam memenuhi tanggung jawabnya orang tua sebagai *caregiver* dihadapkan pada beberapa hal yang akan menjadi beban dalam merawat anak dengan gangguan autis. Beban perawatan dapat diartikan sebagai masalah, dampak, kesulitan atau efek yang dialami *caregiver* dalam proses pengasuhan dan perawatan anak.

Hasil wawancara menunjukkan bahwa subjek NA (ibu) berhenti bekerja agar bisa lebih fokus pada perawatan anak, subjek juga menyebutkan dirinya merasa kelelahan dan kurang bersosialisasi dengan orang lain karena harus merawat anak. Hal serupa juga terjadi pada subjek MS (ibu) yang merasa bersalah karena sempat lalai pada anak dan merasa kelelahan serta kurang bersosialisasi dengan orang lain karena harus merawat anak.

Subjek AN (ayah) menyebutkan jika dirinya mengalami kesulitan untuk membagi waktu antara merawat anak dan juga pekerjaan, subjek juga merasa waktunya dengan anak yang lain berkurang karena fokusnya pada anak yang mengalami autis. Subjek AN (ayah) mengatakan mengalami kurang tidur dan kelelahan karena merawat anak.

Subjek R (ayah) juga mengalami hal yang sama dengan subjek AN (ayah) yang kesulitan membagi waktu antara pekerjaan dengan merawat anak. Subjek R (ayah) menyebutkan mengalami hambatan dalam berkomunikasi dengan anak dan

²Wahidayanti, "Regulasi Emosi Orang Tua yang Mempunyai Anak Autis di Pusat Layanan Autis Kota Denpasar."

kurangnya waktu untuk diri sendiri karena harus merawat anak dengan gangguan autis.

Apa yang telah dipaparkan diatas sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Anggraini menyebutkan bahwa menjadi *caregiver* bukanlah tugas yang mudah dan dapat menimbulkan beban dan memicu munculnya banyak masalah emosional dan berpengaruh pada kesejahteraan psikologis.³

Penyebab emosi dari keempat subjek berbeda-beda tergantung dari apa yang memicu kemarahan subjek. Subjek NA mengatakan pemicu munculnya emosi adalah mood subjek yang sedang tidak baik dan perilaku anak yang sulit diatur. Berbeda dengan subjek NA, subjek MS berada di situasi menyalahkan dirinya dan hal lain yang menyebabkan emosi subjek kurang stabil. Selain itu subjek MS harus merawat dan mengasuh ketiga anaknya seorang diri saat suaminya bekerja sehingga perasaan lelah yang dirasakan membuat subjek lebih mudah emosi. Hampir serupa dengan keadaan MS subjek AN dan R merasa pemicu emosi adalah perasaan lelah dari bekerja dan harus menghadapi perilaku anak yang sedang berulah atau sulit diatur.

Berdasarkan apa yang dipaparkan diatas diketahui bahwa kadang ada beberapa hal yang menjadi pemicu emosi para subjek untuk susah dikendalikan. Hal ini sesuai dengan pendapat Triantoro yang dikutip oleh Syamsul Hadi menyebutkan bahwa manusia pada dasarnya memiliki kebiasaan untuk mengendalikan atau menghilangkan emosi negative yang dimilikinya.⁴ Namun,

³Anggraini, Lanawati, dan Berek, "Pengalaman Emosional Menjadi Caregiver Anak Berkebutuhan Khusus Di Panti Asuhan Bhakti Luhur Banjarmasin."

⁴Syamsul Hadi dan Lu'Luul Jannatunnaim, "Stabilitas Emosi Pelaku Pernikahan Dini Dalam Mendidik Anak Balita," *Qawwam* 13, no. 2 (Desember 2019).

adakalanya manusia bisa mengendalikan dan adakalanya gagal. Ketika orang tua gagal mengendalikan emosinya maka akan menimbulkan reaksi yang negative yaitu merasa marah ataupun jengkel terhadap anak.

Pada aspek kedua yaitu mengevaluasi emosi, merupakan kemampuan yang dimiliki orang tua untuk mengekspresikan emosi yang mereka rasakan dan mempertimbangkan konsekuensi dari emosi tersebut. Mengevaluasi emosi dapat dilihat dari cara subjek mengekspresikan dan penilaian subjek terhadap emosi negatif yang dirasakan.

Hasil wawancara menunjukkan bahwa subjek mengekspresikan emosinya dengan cara yang berbeda-beda. Subjek NA merupakan tipe orang yang spontan ketika emosi. Ketika emosi subjek akan melampiaskannya dengan cara marah-marah. Tidak jarang subjek mengekspresikan kemarahannya dengan cara memukul anak. Namun, sebisa mungkin subjek NA bersabar dalam menghadapi anaknya dan cara lain yang bisa dilakukan subjek adalah berdiam diri bahkan sampai menangis agar tidak terlampiaskan emosi pada anak, menarik nafas panjang sambil beristigfar dan mendoktrin diri untuk bersabar.

Tidak jauh berbeda dengan subjek NA, subjek MS mengatakan dirinya masih sulit untuk mengontrol emosi. Ketika subjek bisa mengendalikan emosinya subjek akan memilih diam, menarik nafas panjang, meninggalkan anak-anaknya sejenak dan mengunci diri dikamar. Cara lain yang digunakan subjek untuk mengalihkan emosinya adalah dengan minum kopi atau makan cemilan. Namun, saat tidak bisa mengendalikan emosinya subjek akan berteriak, memukul dan

bahkan mencubit anaknya. Tidak jarang subjek mengekspresikan emosi pada anak dengan cara membanding-bandingkan anaknya.

Hampir sama dengan subjek NA dan subjek MS, subjek R mengespresikan emosi pada anak dengan cara bersikap tegas, marah dan kadang mencubit anak. Namun, sebisa mungkin subjek bersabar dalam menghadapi anak dengan cara menarik nafas panjang dan beristigfar sebagai upaya bersabar. Berbeda dengan ketiga subjek, subjek AN memilih untuk berdiam diri, menjauh dari anak dan mencari udara segar ketika marah pada anak. Subjek AN menyebutkan sebisa mungkin tidak melampiaskan emosinya pada anak atau mendiamkan anak yang sedang tantrum dan menasehati ketika sudah tenang.

Berdasarkan hasil wawancara diatas menunjukkan bahwa 3 dari 4 orang subjek memiliki kecenderungan untuk meluapkan emosi negatif yang dimilikinya dengan cara marah, berteriak, memukul dan mencubit anak. Sejatinya dalam mengasuh anak orang tua diharapkan mampu mengelola emosi yang dimilikinya.⁵ Seperti yang dikutip dalam penelitian Pohan, dkk menyebutkan bahwa semakin kurang kemampuan orang tua dalam mengontrol emosinya, maka semakin besar pula resiko pada anak.⁶ Hal tersebut terjadi pada SAM anak subjek MS yang memiliki refleks menutupi dirinya ketika melihat ibuya marah.

Keempat subjek menjadikan sholat dan berdoa sebagai bentuk alternatif lain untuk mengekspresikan emosi dan menenangkan dirinya. Hal ini sejalan dengan pendapat Ahmad Kamaluddin yang menyebutkan bahwa melalui sholat

⁵Aisyah Miraharsari dan Alfi Nadlifatul Himiyah, "Gambaran Regulasi Emosi Pada Anak Dengan Gangguan Emosi Dan Perilaku (Tunalaras)," *JUDIKHU: Jurnal Pendidikan Khusus* 2, no. 2 (2023).

⁶Bilbina Pohan dkk., "Gambaran Regulasi Emosi Pada Ibu Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus."

dan berdoa dapat membantu orang tua untuk mengatasi tekanan yang memicu emosi.⁷

Pada aspek ketiga yaitu memodifikasi emosi, merupakan kemampuan yang dimiliki orang tua untuk mengubah emosi negatif yang dirasakan untuk mencapai suatu tujuan. Memodifikasi emosi dapat dilihat dari cara subjek menyelesaikan masalah atau *problem solving*.

Berdasarkan hasil wawancara ditemukan bahwa keempat subjek merasa bersyukur ketika menemukan perkembangan anak yang meningkat kearah lebih baik. Subjek NA (ibu) menyadari bahwa marah pada anak bukan solusi melampiaskan emosi. Subjek NA (ibu) sering kali berkaca pada kondisi orang lain yang juga memiliki anak berkebutuhan khusus sebagai bentuk rasa syukur dan juga motivasi dalam merawat anak dan senantiasa mendekatkan diri pada Allah.

Hal yang berbeda terjadi pada subjek MS yang menyadari bahwa kontrol emosi yang dimilikinya masih kurang dan berupaya untuk melatih kesabaran. Solusi yang kadang bisa diupayakan subjek untuk mengendalikan emosi negatifnya adalah dengan berusaha mengalihkan emosi dengan cara menarik napas panjang, minum kopi atau makan cemilan. Subjek MS juga menyebutkan sering kali berkaca pada kondisi orang lain yang juga memiliki anak berkebutuhan khusus sebagai bentuk rasa syukur dan juga motivasi dalam merawat anak.

Cara subjek R untuk mengendalikan emosi negative yang dirasakan adalah dnegan cara menjauh dari anak sejenak untuk menetralkan emosidan senantiasa mendekatkan diri pada Allah. Hal berbeda terjadi pada subjek AN yang mampu

⁷Kamaluddin, *Kontribusi Regulasi Emosi Qur'ani Dalam Membentuk Perilaku Positif*.

mengendalikan emosi negatifnya dengan cara meyakinkan dirinya bahwa anak bisa sembuh dan senantiasa mendekatkan diri pada Allah.

Keempat subjek mengikhtiarkan yang terbaik demi kebaikan anak dan merasa optimis untuk kesembuhan anak. Hal ini sejalan dengan pendapat Ahmad kamaluddin yang mengatakan melalui sabar dan bersyukur akan membantu mengatasi emosi yang orang tua rasakan.⁸

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan diketahui bahwa ada beberapa faktor yang memengaruhi regulasi emosi orang tua, faktor yang pertama yaitu usia, pada penelitian ini rentang usia subjek adalah 36-45 tahun.

Subjek NA, AN dan R merasa seiring bertambahnya usia kemampuan untuk mengontrol emosi semakin membaik. Hal ini sesuai dengan yang disampaikan oleh wahidayanti dalam penelitiannya yang mengungkapkan bahwa bertambahnya usia seseorang akan terhubung dengan meningkatnya kemampuan dalam meregulasi emosi.

Namun berbanding terbalik dengan subjek MS yang merasa bahwa belum ada perubahan yang signifikan pada kemampuannya untuk mengendalikan emosi. Subjek masih kesulitan untuk menendalikan emosi negative yang dirasakannya dan melampiaskannya dengan cara marah atau bahkan memukul anak.

Faktor selanjutnya religiusitas, keempat subjek mendapatkan ketenangan hati ketika mendekatkan dirinya kepada Allah. Melalui sholat, berdoa dan mengaji membantu keempat subjek untuk merasa tenang. Sebagaimana yang diungkapkan Daradjat dalam Rofatina, bahwa tingkat religiusitas seseorang dapat memberikan

⁸Kamaluddin.

rasa aman, keberanian dan tidak cemas dalam menghadapi permasalahan yang ada dihidupnya.⁹

Faktor selanjutnya keluarga, keempat subjek mendapat dukungan yang positif dari keluarganya, dimana dukungan tersebut bisa berupa bantuan untuk menjaga anak ketika dibutuhkan dan support dalam mengasuh dan merawat anak.

Faktor selanjutnya dukungan sosial, subjek NA menyebutkan dukungan yang didapatkannya dari teman yang ditemuinya di PLDPI sangat membantu untuk menjaga keadaan mentalnya tetap stabil, begitu pula dengan dukungan tetangga dilingkungannya yang paham akan kondisi anaknya. Hal yang sama berlaku pada subjek AN yang mendapat dukungan positif dari lingkungan sekitarnya. Dengan adanya dukungan sosial sedikit membantu kedua subjek untuk meregulasi emosinya dan memberikan motivasi bagi kedua subjek. Hal ini sesuai dengan yang dikemukakan dalam penelitian Sari dan Hayati, bahwa dukungan sosial akan membantu seseorang untuk lebih mampu mengontrol emosinya.¹⁰

Berbeda dengan kedua subjek diatas subjek MS dan R bukan tipe yang suka berinteraksi dengan orang lain sehingga dukungan sosial yang didapatkan keduanya sangat minim. Berdasarkan dari hal tersebut dapat ditarik sebuah kesimpulan bahwa kurangnya dukungan sosial yang didapatkan kedua subjek membuat kontrol emosi subjek kurang stabil.

Faktor yang terakhir adalah jenis kelamin. Salovey dan Sluyter memberikan sebuah kesimpulan bahwa perempuan memiliki kecenderungan

⁹Rofatina dan dkk, "Hubungan Antara Regulasi Emosi dan Religiusitas dengan Resiliensi pada Ibu yang Memiliki Anak Tunagrahita di SLB C YPSLB Kerten Surakarta," *Jurnal Wacana* 8, no. 2 (2016).

¹⁰Mekar Duwi Indah Sari dan Elli Nur Hayati, "Regulasi Emosi pada Penderita HIV/AIDS," *EMPATHY, Jurnal Fakultas Psikologi* 3, no. 1 (Juli 2015).

untuk mencari dukungan dan perlindungan dari orang lain dalam meregulasi emosi negatif yang mereka miliki, sedangkan pada laki-laki mereka cenderung menggunakan latihan fisik untuk meregulasi emosi negatif yang ada.

Pada penelitian ini peneliti hanya menemukan salah satu dari subjek pihak ibu yang meregulasi emosi negatif mereka dengan cara mencari dukungan dari orang lain, sedangkan subjek ibu yang lain meregulasi emosi negatifnya dengan cara. Berbanding terbalik dengan teori diatas pada penelitian ini peneliti menemukan laki-laki (ayah) meregulasi emosi negatifnya dengan cara mengalihkan emosi negatif pada hal lain seperti menjauh dari penyebab emosi dan mendekatkan diri kepada Allah.

D. Temuan Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan, diperoleh adanya temuan dari hasil penelitian namun diluar rumusan masalah yaitu sebagai berikut.

Dalam memenuhi tanggung jawabnya orang tua sebagai *caregiver* dihadapkan pada beberapa hal yang menjadi beban dalam merawat anak dengan gangguan autis. Beban perawatan dapat diartikan sebagai masalah, dampak, kesulitan atau efek yang dialami *caregiver* dalam proses pengasuhan dan perawatan anak.

Hasil wawancara menunjukkan bahwa subjek NA (ibu) berhenti bekerja agar bisa lebih fokus pada perawatan anak, subjek juga menyebutkan dirinya merasa kelelahan dan kurang bersosialisasi dengan orang lain karena harus merawat anak. Hal serupa juga terjadi pada subjek MS (ibu) yang merasa bersalah

karena sempat lalai pada anak dan merasa kelelahan serta kurang bersosialisasi dengan orang lain karena harus merawat anak.

Subjek AN (ayah) menyebutkan jika dirinya mengalami kesulitan untuk membagi waktu antara merawat anak dan juga pekerjaan, subjek juga merasa waktunya dengan anak yang lain berkurang karena fokusnya pada anak yang mengalami autis. Subjek AN (ayah) mengatakan mengalami kurang tidur dan kelelahan karena merawat anak.

Subjek R (ayah) juga mengalami hal yang sama dengan subjek AN (ayah) yang kesulitan membagi waktu antara pekerjaan dengan merawat anak. Subjek R (ayah) menyebutkan mengalami hambatan dalam berkomunikasi dengan anak dan kurangnya waktu untuk diri sendiri karena harus merawat anak dengan gangguan autis.

E. Keterbatasan Penelitian

Pada penelitian ini peneliti sudah berusaha agar penelitian sesuai dengan apa yang telah ditentukan. Namun, masih terdapat keterbatasan penelitian, yaitu sebagai berikut:

1. Kendala dalam penentuan subjek penelitian. Hal ini dikarenakan kesediaan orang tua menjadi subjek penelitian sulit ditemukan.
2. Orang tua yang terlalu sibuk sehingga waktu untuk bertemu subjek untuk melakukan wawancara cukup singkat.