

## **KEBAHAGIAAN PADA IBU YANG MEMILIKI ANAK *DIFABEL***

**Gilang Kartika Adi Perdana, Kartika Sari Dewi**

Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro  
Jl. Prof. Soedarto SH Tembalang Semarang 50275

gilangap24@gmail.com

### **Abstrak**

Riset-riset sebelumnya membuktikan bahwa kebahagiaan berhubungan dengan kesehatan seseorang. Selain itu, kebahagiaan juga dapat mempengaruhi hubungan sosial individu. Oleh karena itu, orangtua yang dapat merasakan kebahagiaan, akan dapat melakukan tanggung jawabnya dengan baik sebagai ayah atau ibu serta dapat menjalin relasi yang baik dengan anggota keluarga lain maupun lingkungan sekitar, sehingga tercipta keluarga yang harmonis. Penelitian ini bermaksud memahami bagaimana kebahagiaan yang dialami oleh ibu dengan kondisi anaknya yang *difabel*. Pendekatan fenomenologis dalam penelitian ini menggunakan metode analisis IPA (*Interpretative Phenomenological Analysis*). Prosedur tersebut bertitik fokus pada eksplorasi pengalaman yang diperoleh subjek melalui kehidupan pribadi dan sosialnya. Subjek yang terlibat dalam penelitian berjumlah tiga orang, yaitu ibu yang memiliki anak dengan kondisi *difabel*. Penelitian ini mengungkapkan bahwa ibu dengan anak *difabel* mengalami kebahagiaan ketika merasa mampu berperan dengan baik dalam proses membesarkan anak sehingga anak berhasil. Kebahagiaan yang dialami ibu muncul ketika ibu dapat menerima kondisi anaknya, yang kemudian memunculkan prioritas hidup pada ibu. Prioritas hidup tersebut akan memunculkan gambaran positif lingkungan dan emosi positif dalam diri ibu. Religiusitas serta dukungan keluarga merupakan faktor yang mempengaruhi munculnya penerimaan ibu terhadap kondisi anaknya yang *difabel*, sedangkan makna anak *difabel* bagi ibu adalah pemberian dari Tuhan. Penilaian ibu terhadap anak tersebut turut mempengaruhi penerimaan ibu terhadap kondisi anak.

**Kata kunci:** kebahagiaan, *difabel*, relasi ibu-anak, *interpretative phenomenological analysis*

### **Abstract**

Previous research proves that happiness is related to people's health. Moreover, happiness also had affect on social relationships of individuals. Therefore, parents who can feel the happiness, will be able to carry out their responsibilities both as a father or a mother as well as to establish good relationships with other family members as well as the surrounding environment, so as to create a harmonious family. This research to understand how happiness experienced by mothers with the condition that the disabled child. Phenomenological approach in this research use IPA (*Interpretative Phenomenological Analysis*) for analysis data. The procedure dotted focused on the exploration of the subject of the experience gained through personal and social life. The participated in this research are three people, namely the mothers of children with disabilities conditions. This study revealed that mothers with disabled children had experience of happiness when they feel able to play well in the process of raising a child so that the child managed. The mother's experience of happiness emerge when the mother can accept his condition, which raises the priority of life in the mother. The life priorities will bring positive images and positive emotions environment inside. Religiosity and family support are factors that affect the appearance of maternal acceptance of the conditions of children with disabilities, while the significance for mothers of children with disabilities is a gift from God. Mother's cognition about her child may also influences her acceptance towards the child's conditions.

**Keywords:** Happiness, disability, mother-child relationship, *interpretative phenomenological analysis*

## PENDAHULUAN

Kebahagiaan menjadi salah satu topik yang dibahas dalam kajian psikologi positif. Kebahagiaan menjadi konstruk yang menarik untuk diteliti, karena merupakan hal yang dicari atau dapat juga dijadikan tujuan dalam hidup seseorang. Telah menjadi budaya, dimana kebahagiaan menjadi unsur atau topik dalam diskusi masyarakat terkait arti dan pentingnya kebahagiaan bagi kehidupan seseorang (Snyder, Lopez & Pedrotti, 2011).

Argyle, Martin, dan Lu (dalam Abdel-Khalek, 2006) mengungkapkan bahwa kebahagiaan ditandai dengan keberadaan tiga komponen, yaitu emosi positif, kepuasan, dan hilangnya emosi negatif seperti depresi atau kecemasan. Dari pendapat tersebut dapat kita pahami bahwa orang-orang yang dikatakan bahagia apabila dalam menjalani kehidupannya, mereka lebih sering merasakan emosi positif daripada emosi negatifnya, mereka juga merasakan kepuasan dari apa yang dimiliki dan diperoleh dalam hidupnya.

Diener (1984) mendefinisikan kebahagiaan sama dengan *subjective well-being*. Definisi *subjective well-being* adalah sekumpulan dari afek positif dan kepuasan hidup secara umum yang dirasakan oleh seseorang (dalam Snyder, Lopez & Pedrotti, 2011). *Subjective well-being* berkaitan dengan evaluasi kognitif dan afektif seseorang terhadap hidupnya. Evaluasi kognitif adalah bagaimana seseorang merasakan kepuasan hidup dalam menjalani kehidupannya, sedangkan evaluasi afektif adalah penilaian individu terhadap emosi-emosi positif dan negatif yang dirasakannya.

Forum Peduli Penyandang Cacat Ciamis (dalam Marmuksinudin, 2012) mencatat lebih dari 1000 anak penyandang cacat atau *difabel* di Kabupaten Ciamis tidak bisa mengenyam pendidikan formal atau putus sekolah. Hal tersebut dikarenakan kurangnya perhatian dari pemerintah dan masih adanya orangtua yang malu dengan kondisi anaknya yang *difabel*.

*Difabel* merupakan penggabungan dari kalimat *different abilities people* (orang dengan kemampuan yang berbeda). *Difabel* digunakan untuk menyebutkan seseorang dengan keterbatasan tertentu, yang kriterianya terdiri dari kelainan fisik (Tuna rungu, tuna daksa, dan Tuna Netra) dan kelainan mental (Difabel Mental Retardasi dan Eks. Psikotik).

Di sisi lain, kisah sukses dan inspiratif tentang anak-anak *difabel* juga sering kita temukan. *Paralympic* adalah ajang perlombaan bagi orang-orang yang memiliki keterbatasan secara fisik. Di *paralympic* tersebut menggambarkan orang-orang yang berprestasi dengan keterbatasannya tanpa ada rasa malu terhadap pandangan masyarakat tentang kondisi *difabel*.

Fakta di atas menjelaskan, bahwa respon yang ditunjukkan ibu terhadap anak *difabel* beragam, tergantung dari penilaian ibu terhadap kondisi yang dimiliki anaknya. Keluarga terdiri dari subsistem yang saling berinteraksi dan berhubungan satu dengan lainnya, misalnya subsistem orangtua-anak. Interaksi yang terjadi dalam keluarga dapat dijelaskan juga dengan interaksi *dyadic*, yaitu interaksi yang dilakukan oleh dua pihak (Puspitawati & Sarma, 2015), serta interaksi *triadic*; ibu, ayah, anak (Lerner & Spanier, 1978). Interaksi *dyadic* dan *triadic* tersebut dapat menjelaskan bagaimana subsistem dalam keluarga bekerja. Peristiwa yang dialami oleh anak tidak hanya akan berpengaruh terhadap ibu sebagai bentuk interaksi *dyadic*. Namun juga akan mempengaruhi ayah

yang termasuk dalam interaksi *triadic*. Pola interaksi tersebut akan saling mempengaruhi satu dan lainnya.

Harapan positif muncul dalam diri ibu, ketika proses kelahiran seorang anak, seperti memiliki kelebihan, cantik atau rupawan, dan pandai (Kartono, 2007). Harapan positif tersebut akan berpengaruh terhadap munculnya emosi positif yang dirasakan oleh ibu. Seperti yang dijelaskan sebelumnya, bahwa emosi positif berkaitan dengan kebahagiaan seseorang. Oleh karena itu, kelahiran anak dapat menjadi faktor yang memunculkan kebahagiaan dalam hidup orangtua, terutama ibu, namun kelahiran tersebut tidak selalu sesuai dengan harapan orangtua. Kelahiran seorang anak dengan keterbatasan tertentu akan menimbulkan kekecewaan pada orangtua (Mangunsong, 2011). Menerima kondisi anak yang mengalami keterbatasan tertentu merupakan hal yang tidak mudah. Ibu adalah sosok yang rentan terhadap masalah penyesuaian dalam hal kondisi anak, karena ibu berperan langsung dalam kelahiran anak (Mangunsong, 2011).

Kondisi yang dimiliki anak akan mempengaruhi bagaimana keseharian orangtua dalam menjalani kehidupannya. Anak yang menjadi sumber kebahagiaan bagi orangtua justru dapat menjadi faktor yang memunculkan kecemasan bahkan depresi pada orangtua. Berdasarkan uraian diatas, penelitian ini bermaksud untuk memahami bagaimana kebahagiaan yang dialami oleh ibu dengan kondisi anaknya yang *difabel*.

## **METODE**

Studi fenomenologis dalam penelitian ini menggunakan pendekatan *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA) sebagai acuannya. IPA adalah salah satu pendekatan penelitian kualitatif yang melakukan uji mengenai bagaimana individu memberikan makna dalam pengalaman kehidupannya yang utama. IPA adalah pendekatan studi fenomenologis yang fokus untuk mengeksplorasi pengalaman dalam situasi yang terjadi seharusnya. IPA merupakan pendekatan kualitatif yang ditujukan untuk memahami bagaimana seseorang atau individu memahami pengalaman hidupnya (Smith, Flowers & Larkin, 2010).

Penelitian ini menggunakan metode analisis data *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA). Pendekatan IPA bertujuan untuk memahami bagaimana seseorang atau individu memahami pengalaman hidupnya (Smith, Flowers & Larkin, 2010).

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan, peneliti menemukan empat tema induk dan satu tema individual yang menjadi fokus pengalaman kebahagiaan subjek. Berikut tabel yang memuat temuan tema induk yang mencakup tema super-ordinat dari ketiga subjek.

**Tabel 1.** Tema Induk dan Super-ordinat

<b>Tema Induk</b>	<b>Tema Super-ordinat</b>
<b><i>PRIORITAS HIDUP</i></b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kondisi anak</li> <li>• Respon terhadap kondisi anak</li> <li>• Penilaian negatif dari lingkungan</li> <li>• Pandangan diri akan lingkungan</li> <li>• Cara menghadapi penilaian orang lain</li> <li>• Pengalaman membesarkan anak</li> <li>• Emosi negatif</li> </ul>
<b><i>MUNCULNYA PENERIMAAN</i></b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Relasi orangtua &amp; anak</li> <li>• Penilaian terhadap anak</li> <li>• Ketrampilan anak</li> <li>• Harapan terhadap anak</li> </ul>
<b><i>DUKUNGAN SOSIAL</i></b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gambaran positif lingkungan pada anak</li> <li>• Dukungan keluarga</li> </ul>
<b><i>EMOSI POSITIF</i></b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Emosi positif</li> <li>• Faktor munculnya emosi positif</li> </ul>

**Tabel 2.** Tema Individual

<b>S</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Religiusitas</li> </ul>

Dukungan keluarga membantu meningkatkan kepercayaan diri subjek dalam proses membesarkan anak. Dukungan keluarga yang diterima subjek dalam bentuk nasihat dan bantuan yang berasal dari suami atau keluarga besarnya. Dukungan dari keluarga adalah faktor yang mempengaruhi bagaimana relasi subjek dengan anaknya, sehingga memunculkan penerimaan subjek terhadap kondisi anaknya

Tema religiusitas ini muncul pada salah satu subjek. Religiusitas menjadi faktor yang mempengaruhi bagaimana subjek menilai anaknya serta hubungan subjek dengan anaknya. Keyakinan subjek terhadap Tuhan membuat subjek percaya bahwa kondisi anak merupakan pemberian dan ketentuan dari Tuhan.

Dukungan dan religiusitas mempengaruhi munculnya penerimaan dalam diri subjek. Pengalaman kebahagiaan subjek dimulai ketika subjek memutuskan untuk menerima kondisi anaknya. Penerimaan terhadap kondisi anak membuat subjek mampu menjalin relasi yang positif dengan anaknya.

Prioritas hidup menjelaskan bagaimana kehidupan subjek yang berfokus terhadap kehidupan anaknya. Memiliki anak dengan kondisi *difabel* menuntut subjek mampu membagi waktu, pikiran serta tenaga untuk selalu siap membantu anaknya ketika mengalami kesulitan berkaitan keterbatasannya. Ketika subjek memprioritaskan

anak dalam kehidupannya, hal tersebut memunculkan gambaran positif terhadap lingkungan dan emosi positif dalam diri subjek.

Gambaran positif lingkungan adalah ketika subjek merasakan adanya lingkungan atau faktor eksternal dari keluarga yang memberikan *support* terhadap dirinya. Subjek merasakan emosi positif serta emosi negatif sepanjang perjalanan kehidupannya membesarkan anak yang *difabel*. Namun, saat ini emosi positif lebih dominan dirasakan oleh ketiga subjek

Keluarga merupakan sebuah sistem yang berhubungan antaranggotanya. Definisi sistem sendiri seperti dijelaskan oleh Broderick (dalam Day, 2010) merupakan kelompok yang bagian-bagiannya saling berinteraksi satu dengan lainnya. Kelahiran seorang bayi, pada saat yang bersamaan muncul juga harapan pada seorang ibu untuk bayinya tersebut (dalam Kartono, 2007). Kartono (2007) juga menjelaskan bahwa kelahiran seorang bayi dalam sebuah keluarga ikut mempengaruhi keadaan keluarga, mempengaruhi orang-orang yang ada disekitarnya, terutama ibunya. Kondisi anak yang *difabel* menimbulkan penilaian negatif dari masyarakat dimana subjek tinggal. Kondisi anak yang *difabel* menimbulkan dampak pada keluarga salah satunya ketika berhadapan dengan masyarakat (Mangunsong, 2011). Kondisi *difabel* justru mempengaruhi kehidupan subjek yang lebih memprioritaskan atau fokus terhadap kehidupan anaknya. Keadaan anak yang *difabel* memunculkan perhatian lebih pada subjek untuk anaknya. Penilaian negatif lingkungan yang dialami subjek tidak mengganggu interaksi subjek dan anaknya.

Duffy dan Atwater (2005) menjelaskan tentang pengalaman individu yang berkembang dapat dijelaskan dalam tiga fase yaitu, pernyataan untuk berubah, rasa ketidakcocokan atau ketidakpuasan dan mereorganisasi pengalaman. Ketiga subjek berada pada fase mereorganisasi pengalaman. subjek dapat membangun penilaian positif terhadap kondisi *difabel* anaknya seperti menganggap bahwa anak adalah pemberian dari Tuhan. Penilaian yang diperbaharui oleh individu terhadap pengalaman tertentu yang cenderung negatif dapat membuat individu berkembang. Penilaian subjek yang positif terhadap anaknya menimbulkan kesadaran dalam subjek tentang kelebihan yang dimiliki oleh anaknya sehingga subjek mampu menerima kondisi anaknya yang *difabel* karena subjek tidak lagi melihat bahwa kondisi *difabel* merupakan kondisi yang buruk.

Hidayati (2011) dalam risetnya menjelaskan bahwa orangtua dengan anak berkebutuhan khusus dapat mengatasi stres yang dirasakannya dalam membesarkan anak yang berkebutuhan khusus ketika mendapatkan bantuan dari anggota keluarga lainnya, dari teman-teman, dan dari orang lain. Dukungan dari orang lain dan keluarga yang diberikan kepada ketiga subjek tersebut juga membuat subjek dapat mengurangi perasaan negatif yang dirasakan subjek.

Salah satu unsur dari kebahagiaan adalah emosi positif, seperti yang dinyatakan oleh Seligman (2003). Pada ketiga subjek, pengalaman emosional yang dialami seperti perasaan senang, bangga dan terharu.

Salah satu subjek memunculkan tema religiusitas, yaitu berkaitan dengan keyakinan subjek terhadap Tuhan yang memunculkan sikap kepasrahan terhadap keputusan Tuhan. Selain itu, kondisi anak yang *difabel* dinilai subjek sebagai ketentuan Tuhan yang harus diterima.

## KESIMPULAN

Peneliti menarik kesimpulan bahwa pengalaman kebahagiaan bagi subjek dengan kondisi anak mereka yang *difabel* adalah ketika subjek mampu berperan dengan baik dalam proses membesarkan anak sehingga anak dapat berhasil. Dukungan menjadi faktor penting yang membuat subjek dapat menerima kondisi anak mereka yang *difabel*. Makna anak yang *difabel* menurut subjek adalah pemberian dari Tuhan. Aspek religiusitas dapat terlihat dari bagaimana subjek memandang kondisi anak mereka yang merupakan anugerah dan pemberian dari Tuhan. Selain itu, dalam penelitian ini peneliti menemukan bahwa religiusitas merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi bagaimana subjek dapat menerima kondisi anak yang *difabel*. Kebahagiaan subjek juga berkaitan dengan bagaimana subjek memaknai kondisi anak yang *difabel*. Kebahagiaan yang dirasakan subjek muncul ketika subjek mampu menilai secara positif kondisi anaknya. Penilaian positif tersebut dapat menjelaskan bagaimana subjek memaknai anak mereka dengan kondisi yang *difabel*. Pemaknaan subjek terhadap kondisi anak mempengaruhi bagaimana emosi yang dirasakan dalam diri subjek. Jadi dapat disimpulkan bahwa kedua hal ini saling berkaitan dan dapat digambarkan sebagai rantai yang berhubungan. Pemaknaan positif terhadap anak memunculkan emosi positif dalam diri subjek. Selanjutnya, emosi positif yang dirasakan subjek tersebut, akan mempengaruhi munculnya penilaian yang semakin positif dari subjek terhadap kondisi anak mereka yang *difabel*. Penelitian ini juga menemukan bahwa faktor *hedonic* dan faktor *eudaimonic* turut berperan dalam pengalaman kebahagiaan subjek. Faktor *eudaimonic* adalah prioritas hidup subjek yang merupakan anak, dan faktor *hedonic* adalah emosi positif dan gambaran positif lingkungan yang dirasakan subjek. Kedua faktor tersebut saling berhubungan dan menguatkan. Faktor *eudaimonic* melatarbelakangi munculnya *hedonic* yang dirasakan subjek, dan selanjutnya faktor *hedonic* tersebut akan memperkuat faktor *eudaimonic* dalam diri subjek.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdel-Khalek, A. M. (2006). Happiness, health, and religiosity: Significant relations. *Mental Health, Religion & Culture*, 9(1), 86. Diunduh dari <http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/13694670500040625?journalCode=cmhr20>, pada 14 September 2014.
- Carr, A. (2004). *Positive psychology: The science of happiness and human strengths*. Hove & New York: Brunner-Routledge Taylor & Francis Group.
- Day, R. D. (2010). *Introduction to family processes*. New York: Taylor & Francis Group.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575.

- Duffy, K. G., Atwater, E. (2005). *Psychology for living: Adjustment, growth and behavior today*. Upper Saddle River: Pearson Education.
- Hidayati, N. (2011). Dukungan sosial bagi keluarga anak berkebutuhan khusus. *INSAN*, 13, 19. Gresik: Universitas Muhammadiyah.
- Kartono, K. (2007). *Psikologi wanita 2*. Bandung: CV. Mandar Maju.
- Lerner, R. M., & Spanier, G. B. (1978). *Child influences on marital and family interaction*. London: Academic Press.
- Mangunsong, F. (2011). *Psikologi dan pendidikan anak berkebutuhan khusus*. Depok: Lembaga Pengembangan Sarana Pengukuran dan Pendidikan Psikologi (LPSP3) Kampus Baru UI.
- Marmuksinudin, U. (2012, 9 November). *1.000 lebih anak difabel tidak sekolah*. Diakses dari <http://daerah.sindonews.com/read/686864/21/1-000-lebih-anak-difabel-tidak-sekolah-1352405416>, pada 14 September 2014.
- Puspitawati, H., & Sarma, M (2015). *Sinergisme keluarga dan sekolah dalam mewujudkan kualitas sumberdaya manusia*. Bogor: IPB Press.
- Seligman, M. (2003). *Authentic happiness*. Diunduh dari <http://gen.lib.rus.ec/search.php?req=authentic+happiness+seligman&open=0&view=simple&phrase=1&column=def>, pada 9 April 2015.
- Smith, J. A., Flowers, P., & Larkin, M. (2010). *Interpretative phenomenological analysis*. London: SAGE.
- Snyder, C.R., Lopez, Shane J., & Pedrotti, J.T. (2011). *Positive psychology*. London: SAGE.