

STRATEGI COPING ORANG TUA MENGHADAPI ANAK AUTIS

Desi Sulisty Wardani

Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta

Abstract. Autism is grey area in medics, that means the cause, mechanism, and therapy still in doubt. The parent who has autism child need solution as the way to adapt with the problems. The concept to solve the problems named coping. The aim of this research is to find out coping strategy orientation used by parent, how it works and what impact for the parent. The subjects are two parents who have autism child who school in SD Plus Harmony. The collecting data method is interview and the analysis data is inductive-descriptive. The results show that the coping orientation is on Problem Focused Coping, while coping behaviors are Instrumental Action which include in Problem Focused Coping, and then Self Controlling, Denial, and Seeking Meaning that included in Emotion Focused Coping. The positive impacts for the parent are Exercised Caution and Seeking Meaning, while the negative impacts can be solved by Intropersitive, Negotiation, and Accepting Responsibility.

Keywords: coping strategy, autism

Abstrak. Autis merupakan grey area dibidang kedokteran, yang artinya masih merupakan suatu hal yang penyebab, mekanisme, dan terapinya belum jelas benar. Permasalahan yang dihadapi oleh orang tua yang mempunyai anak autis ini memerlukan pemecahan sebagai upaya untuk beradaptasi terhadap masalah dari tekanan yang menimpa mereka. Konsep untuk memecahkan masalah ini disebut coping. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui orientasi strategi coping yang digunakan oleh orang tua untuk menghadapi anak penderita autis, bagaimana bentuk perilaku coping yang digunakan, dan apa dampak perilaku coping tersebut bagi orang tua. Subjek penelitian ini adalah orang tua yang mempunyai anak autis yang bersekolah di SD PLUS Harmony. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah interview, sedangkan teknik analisis data yang digunakan adalah analisis induktif deskriptif. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa strategi coping pada orang tua yang mempunyai anak autis berorientasi pada penyelesaian masalah yang dihadapi (Problem Focused Coping), sedangkan bentuk perilaku coping yang muncul yaitu Instrumental Action yang termasuk dalam Problem Focused Coping dan Self-Controlling, Denial, dan Seeking Meaning yang termasuk dalam Emotion Focused Coping. Dampak positif dari perilaku coping yang dilakukan oleh orang tua yaitu Exercised Caution dan Seeking Meaning, sedangkan dampak negatif yang muncul diatasi orang tua dengan Intropersitive, Negotiation, dan Accepting Responsibility.

Kata kunci: strategi coping, autis

Setiap orang tua menginginkan dan mengharapkan anak yang dilahirkan nanti tumbuh menjadi anak yang menyenangkan, terampil dan pintar yang nantinya akan menjadi penerus dalam keluarga tersebut (www.bkkbn.go.id). Namun, tidak semua harapan orang tua memiliki anak yang sehat dan normal dapat terwujud. Beberapa orang tua justru mendapat anak yang memiliki kekhususan. Salah satu bentuk kekurangan atau kelainan tersebut adalah gangguan perkembangan seperti autis. Istilah autis saat ini telah menjadi bahan pembicaraan yang hangat di kalangan masyarakat. Autis merupakan gangguan pervasif yang mencakup gangguan-gangguan dalam komunikasi verbal dan non-verbal, interaksi sosial, perilaku dan emosi (Sugiarto, dkk, 2004). Lebih lanjut Judarwanto (2006) menjelaskan bahwa autis merupakan gangguan perkembangan pervasif pada anak yang ditandai dengan adanya gangguan dan keterlambatan dalam bidang kognitif, bahasa, perilaku, komunikasi, dan interaksi sosial.

Gejala autisme biasanya sudah tampak sebelum anak berusia 3 tahun, yaitu antara lain dengan tidak adanya kontak mata dan tidak menunjukkan respons terhadap lingkungan. Jika tidak segera dilakukan terapi, setelah usia 3 tahun perkembangan anak terhenti bahkan cenderung mundur, seperti tidak mengenal orang tuanya dan tidak mengenal namanya (Saharso, 2004).

Autis bisa mengenai siapa saja, baik yang sosio-ekonomi mapan maupun kurang, anak atau dewasa, dan semua etnis. Sekalipun demikian anak-anak di negara maju pada umumnya memiliki kesempatan terdiagnosis lebih awal sehingga memungkinkan tatalaksana yang lebih dini dengan hasil yang lebih baik. Jumlah anak yang terkena autisma makin banyak. Jumlah kasus autis di Kanada dan Jepang pertambahannya mencapai 40% sejak 1980. Sementara itu di California pada tahun 2002 disimpulkan

terdapat 9 kasus autisme per-harinya. Sedangkan di Amerika Serikat disebutkan autisme terjadi pada 6.000-15.000 anak dibawah 15 tahun.

Akan tetapi di Indonesia sendiri yang berpenduduk 200 juta, hingga saat ini belum diketahui berapa persisnya jumlah penderita, namun diperkirakan jumlah anak autisme di Indonesia mencapai 150-200 ribu orang. Menurut riset yang dilansir harian Kompas, di Indonesia diperkirakan terdapat 475.000 anak dengan gejala gangguan spektrum autisme yang perlu ditangani dengan lebih serius. Tidak ada data konkret mengenai jumlah anak autis di Indonesia sehingga perkembangan autisme di masyarakat seperti fenomena gunung es saja (www.wikimu.com).

Walaupun diperkirakan jumlah anak autis semakin meningkat tapi penyebab autis sampai saat ini belum diketahui secara pasti. Beberapa ahli menyebutkan autisme disebabkan karena terdapat gangguan biokimia, ahli lain berpendapat bahwa autisme disebabkan oleh gangguan psikiatri, tapi ada juga yang berpendapat autis disebabkan karena vaksin MMR (Mumps, Measles, Rubella) walau ada ahli lain yang membantah pendapat tersebut (Widodo, 2008).

Tidak mudah bagi orang tua untuk menghadapi kenyataan bahwa anak mereka mengalami gangguan autis. Awalnya orang tua akan bingung karena orang tua tidak memiliki pemahaman tentang autis. Ada juga orang tua yang *shock* dan merasa tertuduh karena memiliki pemahaman yang salah tentang gangguan autis. Orang tua merasa bahwa anak autis lahir akibat dosa-dosa orang tua, bahkan ada juga pasangan suami istri bertengkar lalu saling menyalahkan. Dampak dari kebingungan, keterkejutan, rasa berdosa dan pertengkaran orang tua yang berlarut-larut dapat merugikan anak autis karena diagnosis anak tidak segera ditatalaksana (Wanei, dkk. 2005).

Setiap orang tua menginginkan anaknya berkembang dengan sempurna. Tetapi kadang terjadi keadaan dimana anak memperlihatkan gejala masalah

perkembangan sejak usia dini. Orang tua kemudian membawa buah hatinya ini ke dokter atau psikolog, dan betapa terkejutnya mereka bila ternyata diagnosis yang diberikan kepada anaknya adalah autisme.

Istilah autisme saat ini telah menjadi bahan pembicaraan yang hangat di kalangan masyarakat. Autisme berasal dari kata “*auto*” yang berarti sendiri. Penyandang autisme seakan-akan hidup di dunianya sendiri. Istilah autisme baru diperkenalkan sejak tahun 1943 oleh Leo Kanner, sekalipun kelainan ini sudah ada sejak berabad-abad yang lampau (Handoyo, 2003). Autisme merupakan gangguan pervasif yang mencakup gangguan-gangguan dalam komunikasi verbal dan non-verbal, interaksi sosial, perilaku, emosi, dan pengulangan perilaku yang terjadi dalam kontinum ringan sampai parah (Sugiarto, dkk, 2004; Gunawidjaja, 2007).

Berdasarkan kajian terhadap berbagai literatur ilmiah, dapat diketahui bahwa faktor penyebab gangguan autisme adalah genetik (keturunan), virus seperti *rubella*, *toxo*, herpes, jamur, nutrisi yang buruk, pendarahan, dan keracunan makanan pada masa kehamilan yang dapat menghambat pertumbuhan sel otak yang menyebabkan fungsi otak bayi yang dikandung terganggu terutama fungsi pemahaman, komunikasi, dan interaksi. Selain itu kekurangan oksigenasi, polusi udara air dan makanan, faktor kehamilan dan faktor kelahiran juga bisa menyebabkan autisme. Faktor kehamilan yaitu pada trimester pertama (0-4 bulan), faktor pemicu ini biasanya terdiri dari infeksi (toksoplasmosis, *rubella*, *candida*, dll), logam berat (Pb, Al, Hg, Cd), zat aditif (MSG, pengawet, pewarna, dsb), alergi obat-obatan, jamu peluntur, muntah-muntah berat (*hiperemesis*), pendarahan berat. Faktor kelahiran yaitu pada proses kelahiran yang lama (*partus lama*) dimana terjadi gangguan nutrisi dan oksigenasi pada janin, pemakaian forsep dapat memicu terjadinya autisme. Bahkan sesudah lahir (*post partum*) juga dapat terjadi pengaruh dari berbagai pemicu,

misalnya: infeksi ringan-berat pada bayi, imunisasi MMR dan Hepatitis B (mengenai 2 jenis imunisasi ini masih kontroversial), logam berat, MSG, zat pewarna, zat pengawet, protein susu sapi (*kasein*) dan protein tepung terigu (*gluten*) (Handoyo, 2003; Hadis, 2006).

Gejala autisme biasanya sudah tampak sebelum anak berusia 3 tahun, yaitu antara lain dengan tidak adanya kontak mata dan tidak menunjukkan respons terhadap lingkungan (Saharso, 2004).

Permasalahan yang dihadapi oleh orang tua yang mempunyai anak autisme antara lain: pada saat anak didiagnosis autisme orang tua kaget, panik, bingung dan merasa bersalah; perasaan malu dan bingung untuk menjelaskan pada orang lain tentang keadaan anak; masalah biaya untuk perawatan; mengontrol emosi pada anak dan cara mengatasi anak pada saat anak tantrum; bingung mencari sekolah yang cocok untuk anak; dan khawatir terhadap masa depan anak (Nurhayati 2003).

Permasalahan-permasalahan yang dihadapi tersebut memerlukan pemecahan sebagai upaya untuk menyesuaikan diri atau beradaptasi terhadap masalah dan tekanan yang menimpa mereka. Konsep untuk memecahkan permasalahan ini disebut dengan *coping*. Kata *coping* sendiri berasal dari kata *cope* yang dapat diartikan sebagai menghadapi, melawan ataupun mengatasi, walaupun demikian belum ada istilah dalam bahasa Indonesia yang tepat untuk mewakili istilah ini. Pengertian *coping* hampir sama dengan penyesuaian (*adjustment*). Perbedaannya, penyesuaian mengandung pengertian yang lebih luas jika dibandingkan dengan *coping*, yaitu semua reaksi terhadap tuntutan baik yang berasal dari lingkungan maupun yang berasal dari dalam diri seseorang. Sedangkan *coping* dikhususkan pada bagaimana seseorang mengatasi tuntutan yang menekan (Rustiana, 2003).

Menurut Taylor (dalam Hapsari dkk, 2002) terdapat empat tujuan *coping*, yaitu mempertahankan

keseimbangan emosi, mempertahankan *selfimage* yang positif, mengurangi tekanan lingkungan atau menyesuaikan diri terhadap kajian negatif, dan tetap melanjutkan hubungan yang memuaskan dengan orang lain.

Menurut Lazarus dan Folkman (dalam Rustiana, 2003) *coping* terdiri atas strategi yang bersifat kognitif dan behavioral. Strategi tersebut adalah:

a. Strategi yang digunakan untuk mengatasi situasi yang menimbulkan stres (*Problem Focused Coping*). *Problem Focused Coping* adalah strategi dengan cara menyelesaikan masalah yang dihadapi, sehingga individu segera terbebas dari masalahnya tersebut. Bentuk strategi *coping* ini adalah:

- 1) *Exercised Caution (Cautiousness)*. Individu berpikir dan mempertimbangkan beberapa alternatif pemecahan masalah yang tersedia, meminta pendapat orang lain, berhati-hati dalam memutuskan masalah serta mengevaluasi strategi yang pernah dilakukan sebelumnya.
- 2) *Instrumental Action*. Tindakan individu yang diarahkan pada penyelesaian masalah secara langsung, serta menyusun langkah yang akan dilakukannya.
- 3) *Negotiation* (Negosiasi), merupakan beberapa usaha oleh seseorang yang ditujukan kepada orang lain yang terlibat atau merupakan penyebab masalahnya untuk ikut menyelesaikan masalah.

b. Strategi *coping* untuk mengatasi emosi negatif yang menyertainya (*Emotion Focused Coping*). Strategi ini untuk meredakan emosi individu yang ditimbulkan oleh stressor (sumber stres), tanpa berusaha untuk mengubah suatu situasi yang menjadi sumber stres secara langsung. Bentuk strategi *coping* ini adalah:

- 1) *Escapism* (Menghindar). Perilaku menghindari masalah dengan cara membayangkan seandainya berada dalam suatu situasi lain yang lebih menyenangkan, menghindari masalah dengan makan ataupun tidur, bisa juga dengan merokok ataupun meneguk minuman keras.
- 2) *Minimization* (Pengabaian). Tindakan menghindari masalah dengan menganggap seakan-akan masalah yang tengah dihadapi itu jauh lebih ringan daripada yang sebenarnya.
- 3) *Self Blame* (Menyalahkan Diri). Merupakan strategi yang bersifat pasif yang lebih diarahkan ke dalam, daripada usaha untuk keluar dari masalah.
- 4) *Seeking Meaning* (Berdoa). Suatu proses dimana individu mencari arti kegagalan yang dialami bagi dirinya sendiri dan mencoba mencari segi-segi yang menurutnya penting dalam hidupnya. Dalam hal ini individu coba mencari hikmah atau pelajaran yang bisa dipetik dari masalah yang telah dan sedang dihadapinya.

Menurut Pareek (dalam Indirawati, 2006) terdapat delapan strategi *coping* yang biasa digunakan, yaitu:

1. *Impunitive* yaitu menganggap tidak ada lagi yang dapat dilakukan dalam menghadapi tekanan dari luar
2. *Intropunitive* yaitu tindakan menyalahkan diri sendiri saat menghadapi masalah
3. *Ekstrapunitive* yaitu melakukan tindakan agresi saat bermasalah
4. *Defensiveness* yaitu melakukan pengingkaran atau rasionalisasi

5. *Impersistive* yaitu merasa optimis bahwa waktu akan menyelesaikan masalah dan keadaan akan membaik kembali
6. *Intrapersistive* yaitu mengharap orang lain akan membantu menyelesaikan masalahnya
7. *Interpersistive* yaitu percaya bahwa kerjasama antara dirinya dengan orang lain akan dapat mengatasi masalah
8. *Intropersistive* yaitu individu percaya bahwa harus bertindak sendiri untuk mengatasi masalahnya.

Manfaat dari strategi *coping* adalah pada intinya agar seseorang tetap dapat melanjutkan kehidupan selanjutnya walaupun memiliki masalah, yaitu untuk mempertahankan keseimbangan emosi, mempertahankan *self image* yang positif, mengurangi tekanan lingkungan atau menyesuaikan diri terhadap kajian negatif dan tetap melanjutkan hubungan yang memuaskan dengan orang lain (Firdaus, 2004).

Permasalahan-permasalahan yang dihadapi tersebut memerlukan pemecahan sebagai upaya untuk menyesuaikan diri atau beradaptasi terhadap masalah dan tekanan yang menimpa mereka. Konsep untuk memecahkan permasalahan ini disebut dengan *coping*. *Coping* dilakukan untuk menyeimbangkan emosi individu dalam situasi yang penuh tekanan. *Coping* merupakan reaksi terhadap tekanan yang berfungsi memecahkan, mengurangi dan menggantikan kondisi yang penuh tekanan (Hapsari, dkk, 2002). Perilaku *coping* juga diartikan sebagai tingkah laku dimana individu melakukan interaksi dengan lingkungan sekitarnya, dengan tujuan menyelesaikan tugas atau masalah (Chaplin, 2001). Jika individu dapat menggunakan perilaku *coping*nya dengan baik maka ia dapat melakukan penyesuaian sosial dengan baik pula.

Menurut Lazarus dan Folkman (dalam Hapsari, dkk, 2002) menyatakan bahwa strategi *coping* yang merupakan respon individu terhadap tekanan

yang dihadapi secara garis besar dibedakan atas dua fungsi utama yaitu: *Problem Focused Coping* (PFC) dan *Emotional Focused Coping* (EFC). PFC atau yang biasa disebut strategi menghadapi masalah yang berorientasi pada masalah merupakan usaha yang dilakukan oleh individu dengan cara menghadapi secara langsung sumber penyebab masalah. EFC atau yang biasa disebut strategi menghadapi masalah yang berorientasi pada emosi merupakan perilaku yang diarahkan pada usaha untuk menghadapi tekanan-tekanan emosi atau stress yang ditimbulkan oleh masalah yang dihadapi.

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui orientasi strategi *coping* yang digunakan oleh orang tua untuk menghadapi anak mereka yang mengalami gangguan autisme, bentuk perilaku *coping* yang digunakan, dan dampak perilaku *coping* tersebut bagi orang tua.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini metode penelitiannya menggunakan metode penelitian kualitatif fenomenologis untuk mengembangkan pemahaman. Alasan memilih menggunakan metode tersebut yaitu karena (1) fenomenologi merupakan pandangan berpikir yang menekankan pada fokus kepada pengalaman-pengalaman subjektif manusia dan interpretasi-interpretasi dunia, (2) fenomenologi diartikan sebagai pengalaman subjektif (data diungkap berdasar dari sudut pandang subjek), (3) fenomenologi berusaha memahami arti peristiwa dan kaitan-kaitannya terhadap orang-orang yang berada dalam situasi-situasi tertentu, (4) fenomenologi berusaha untuk masuk ke dalam dunia konseptual para subjek yang ditelitinya sedekikian rupa sehingga mereka mengerti apa dan bagaimana suatu pengertian yang dikembangkan untuk mereka disekitar peristiwa dalam kehidupannya sehari-hari (menekankan pada aspek subjektif dari perilaku orang) (Moleong, 2006).

Gejala penelitian merupakan fenomena terhadap apa yang diteliti. Dalam penelitian ini gejala penelitian yang menjadi fokus penelitian yaitu: strategi *coping* orang tua yang memiliki anak autis.

Strategi *coping* orang tua yang memiliki anak autis adalah berbagai upaya baik mental maupun perilaku yang dilakukan oleh orang tua yang mempunyai anak autis untuk dapat menguasai, mentoleransi, mengurangi, atau meminimalisasi suatu situasi atau kejadian yang penuh tekanan.

Pemilihan informan dalam penelitian dipilih secara *purposive* yaitu penentuan subjek sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan. Informan dalam penelitian ini adalah orang tua yang memiliki anak autis sebanyak 5 pasang orang tua. Karakteristik informan penelitian adalah: a) orang tua (ayah dan ibu) yang memiliki anak autis, b) anak berusia antara 7 - 15 tahun dan telah terdiagnosis sejak usia balita, c) anak bersekolah di HARMONY TK-SD PLUS.

Dalam pengumpulan data menggunakan metode pokok yang berupa wawancara. Moleong (2006) menyatakan bahwa wawancara adalah percakapan dengan maksud tertentu. Percakapan itu dilakukan oleh dua belah pihak dengan maksud untuk mengkonstruksi mengenai orang, kejadian, kegiatan, organisasi, perasaan, motivasi, tuntutan, kebulatan dan hal lain yang dialami di masa lalu dan memperluas informasi yang diperoleh dari orang lain.

Menurut Patton (Moleong, 2006) analisis data merupakan proses mengatur urutan data, mengorganisasikannya ke dalam suatu pola, kategori dan satuan uraian dasar sehingga dapat ditemukan tema dan dapat dirumuskan hipotesis kerja seperti disarankan oleh data. Adapun langkah-langkah peneliti dalam melakukan analisis data adalah sebagai berikut: membuat transkrip verbatim wawancara dan observasi, mencari kategori, mendeskripsikan kategori, dan pembahasan hasil penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil wawancara maka dapat dilakukan analisis data, pada penelitian ini dapat diketahui tentang strategi *coping* orang tua menghadapi anak autis.

Sebagai orang tua, ketika mengetahui anak yang disayanginya mengalami gangguan maka informan akan berusaha untuk mencari cara untuk mengatasi gangguan yang dialami oleh subjek. Rustiana (2003) mengatakan bahwa *coping* dikhususkan pada bagaimana seseorang mengatasi tuntutan yang menekan.

Menurut Lazarus dan Folkman (dalam Rustiana, 2003), individu akan menggunakan strategi untuk mengatasi situasi yang menimbulkan stres, strategi tersebut dikenal dengan *problem focused coping* yaitu strategi dengan cara menyelesaikan masalah yang dihadapi, sehingga individu segera terbebas dari masalahnya tersebut. Keadaan subjek yang mengalami autis tidak membuat informan menjadi putus asa tetapi membuat informan bersikap tegas dengan kondisi yang menimpa anak mereka dan informan berusaha mencari informasi tentang bagaimana cara menangani anak, bagaimana cara penyembuhan untuk anak, dan juga pendidikan yang bagaimana yang cocok untuk anak. Selain itu informan juga berusaha mencari tempat terapi dan juga sekolah khusus untuk anak mereka. Informan juga dihadapkan dengan sebagian masyarakat yang belum bisa menerima anak mereka dengan baik, untuk itu informan mengatasinya dengan memberikan pengertian tentang keadaan anak mereka pada masyarakat dengan baik-baik.

Hampir semua subjek penelitian ini (anak autis) mengalami kesulitan dalam melakukan interaksi dan beradaptasi dengan lingkungan yang baru. Untuk itu informan berusaha untuk melatih kemampuan berinteraksi subjek dengan mengajak subjek berinteraksi dimulai dari informan ke subjek serta

subjek dengan anggota keluarga yang lain. Pada awalnya informan mengalami kesulitan karena subjek cenderung memilih untuk bermain sendiri namun dengan usaha yang tiada henti akhirnya lambat laun subjek mulai merespon tiap kali informan mengajak berinteraksi walaupun respon subjek belum semaksimal yang diharapkan oleh informan. Selain itu informan melakukan interaksi dengan subjek pada saat mengajarkan bina diri pada subjek yaitu dengan memberi contoh secara langsung ke anak agar hal tersebut terekam dalam memori subjek. Selain itu informan juga menyadari bahwa subjek mengalami kesulitan dalam berkomunikasi, baik kesulitan dalam mengungkapkan keinginan maupun kesulitan dalam merespon ucapan orang lain. Secara rutin informan mengajak subjek untuk berkomunikasi dengan cara mengajak subjek mengobrol walaupun hal tersebut hanya berlangsung secara satu arah (subjek tidak memberikan respon tapi hanya mendengarkan saja). Selain untuk menjaga hubungan antara informan dan subjek, mengobrol juga dimaksudkan untuk menambah kosa kata pada subjek. Menurut Lazarus dan Folkman (dalam Rustiana, 2003) perilaku tersebut termasuk dalam tindakan *instrumental action* yaitu tindakan individu yang diarahkan pada penyelesaian masalah secara langsung, serta menyusun langkah yang akan dilakukannya.

Kesulitan subjek dalam berinteraksi juga berpengaruh pada hubungannya dengan lingkungan terlebih lagi lingkungan yang baru. Tidak semua orang mengetahui kondisi subjek yang sebenarnya dan tidak semua orang juga bisa menerima keadaan subjek yang sebenarnya. Informan terkadang mendapat perlakuan yang kurang menyenangkan dari lingkungan dalam bentuk ucapan, akan tetapi informan tidak berniat untuk membalasnya bahkan informan sering membantu anggota masyarakat yang membutuhkan bantuannya. Menurut Stone dan Neale (dalam Indirawati, 2006) tindakan informan tersebut disebut dengan *Self-controlling* (pengendalian diri/penguasaan diri) yaitu

individu akan menunjukkan dirinya berusaha menguasai dan mengendalikan diri, khususnya dalam perasaan dan tindakan. Selain itu informan juga melakukan pendekatan dengan masyarakat kemudian memberikan pengertian pada masyarakat tentang keadaan subjek yang sebenarnya. Tindakan yang dilakukan oleh informan menurut Lazarus dan Folkman (dalam Rustiana, 2003) termasuk dalam *Problem Focused Coping* dalam bentuk *Instrumental Action* yaitu tindakan individu yang diarahkan pada penyelesaian masalah secara langsung serta menyusun langkah yang akan dilakukan. Akan tetapi terkadang informan juga memilih untuk tidak terlalu memikirkan dan tidak menanggapi perkataan orang lain tentang dirinya maupun tentang subjek. Menurut Carver, dkk (dalam Hapsari, dkk, 2002) perilaku informan tersebut termasuk dalam *Emotion Focused Coping* dalam bentuk Mengingkari (*denial*), yaitu pengingkaran terhadap suatu masalah. Menyatakan ketidaksetujuan terhadap realitas dengan mengingkari realitas tersebut.

Setelah menemukan sekolah khusus untuk subjek, informan memasukkan subjek ke sekolah tersebut dengan harapan akan ada kemajuan atau perubahan pada diri subjek. Selain itu informan juga memberikan terapi pada subjek bahkan mendatangkan terapis kerumah agar perkembangan subjek bisa lebih maksimal. Tindakan yang dilakukan oleh informan menurut Lazarus dan Folkman (dalam Rustiana, 2003) termasuk dalam *Problem Focused Coping* dalam bentuk *Instrumental Action* yaitu tindakan individu yang diarahkan pada penyelesaian masalah secara langsung serta menyusun langkah yang akan dilakukan. Namun ketika usaha yang dilakukannya belum membuahkan hasil informan memilih untuk berdoa, memohon agar ada keajaiban sehingga subjek bisa sembuh atau normal lagi. Selain itu informan selalu mensyukuri setiap perubahan atau kemajuan yang ditunjukkan oleh subjek sekecil apapun perubahan atau kemajuan itu. Informan juga menyadari bahwa keadaan subjek ini adalah ujian dari Tuhan agar informan belajar

sabar walaupun informan sendiri mengakui bahwa sabar itu susah. Tindakan yang dilakukan oleh informan tersebut menurut Lazarus dan Folkman (dalam Rustiana, 2003) termasuk dalam *Emotion Focused Coping* dalam bentuk *Seeking Meaning* yaitu suatu proses dimana individu mencari arti kegagalan yang dialami bagi dirinya sendiri dan mencoba mencari segi-segi yang menurutnya penting dalam hidupnya. Dalam hal ini individu coba mencari hikmah atau pelajaran yang bisa dipetik dari masalah yang telah dan sedang dihadapinya.

Hasil atau dampak dari semua usaha yang telah dilakukan oleh informan tersebut informan merasa mampu menerima keadaan subjek dengan baik. Tindakan tersebut menurut Rustiana (2003) termasuk dalam *Problem Focused Coping* dalam bentuk *Exercised Caution (Cautiousness/ Menahan diri)* yaitu tindakan menahan diri disadari oleh pertimbangan bahwa individu lebih cenderung melakukan tindakan yang memerlukan tantangan daripada tindakan yang mampu menyelesaikan masalah dengan cepat. Bahkan informan 2 menjadikan setiap masalah yang dihadapinya sebagai tantangan dan juga motivator untuk dirinya untuk lebih giat bekerja mencari nafkah untuk keperluan biaya pengobatan, terapi dan sekolah subjek 1. Selain itu semua informan juga merasakan adanya perubahan yang terjadi dalam diri subjek antara lain anak sedikit banyak telah mau diarahkan, dalam hal akademik anak juga mengalami kemajuan (bisa mengenal huruf, mampu membedakan jenis-jenis hewan dan tumbuhan, dll), sudah ada kontak mata pada anak, anak mampu berkomunikasi secara dua arah, sedikit banyak telah ada kemandirian pada anak, anak sudah mulai mampu untuk berinteraksi, dan juga perilaku hiperaktif anak yang sudah mulai berkurang. Tindakan yang dilakukan oleh informan tersebut menurut Rustiana (2003) termasuk dalam *Emotion Focused Coping* dalam bentuk *Seeking Meaning* yaitu suatu proses dimana individu mencari arti kegagalan yang dialami bagi dirinya sendiri dan

mencoba mencari segi-segi yang menurutnya penting dalam hidupnya. Dalam hal ini individu coba mencari hikmah atau pelajaran yang bisa dipetik dari masalah yang telah dan sedang dihadapinya.

Akan tetapi dari semua usaha yang telah dilakukan tersebut masih ada beberapa usaha yang belum membuahkan hasil, antara lain masih ada beberapa gejala autis pada diri subjek yang belum menunjukkan perubahan, antara lain anak belum bisa disiplin dan juga berkonsentrasi ketika belajar (informan 2), anak juga terkadang masih suka menolak melakukan perintah (kepatuhan) (informan 5), anak belum mandiri dan juga belum ada kontak mata (informan 9), sedangkan informan 6 merasa ada saat-saat tertentu sang anak melanggar diet makanan yang harus ditaatinya.

Informan mencoba untuk mengatasi masalah-masalah di atas dengan berusaha untuk terus memberi terapi pada anak (informan 1,2,7,8), sedangkan informan 5 mengatasi penolakan anak dengan cara merayu anak agar mau melakukan perintahnya, sementara itu informan 6 saat ini berusaha untuk lebih memperhatikan dan menjaga pola makan diet sang anak, sedangkan informan 9 selalu berusaha untuk belajar dari pengalaman yaitu dengan tidak mengulangi usaha-usaha yang telah dilakukan sebelumnya yang tidak membuahkan perubahan pada anaknya. Tindakan yang dilakukan oleh informan 1,2,6,7,8 tersebut menurut Pareek (dalam Indirawati, 2006) termasuk dalam *Problem Focused Coping* dalam bentuk *Intropersitive* yaitu individu percaya bahwa harus bertindak sendiri untuk mengatasi masalahnya. Sedangkan tindakan yang dilakukan oleh informan 5 menurut Hapsari (2002) termasuk dalam *Problem Focused Coping* dalam bentuk *Negosiasi* yaitu usaha yang ditujukan kepada orang lain yang terlibat atau menjadi penyebab masalah yang sedang dihadapinya untuk serta memikirkan atau menyelesaikan masalah. Sedang tindakan yang dilakukan oleh informan 9 tersebut menurut Pramadi (2003) termasuk dalam

Emotion Focused Coping dalam bentuk *Accepting responsibility* (sifatnya emosional): individu mengakui bahwa diri sendiri ikut mempunyai saham terhadap munculnya permasalahan dan mencoba belajar dari pengalaman yang ada.

SIMPULAN

Berdasarkan analisis data dan pembahasan dari penelitian, maka dapat diambil kesimpulan bahwa:

1. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil bahwa, sebagian besar informan mempunyai orientasi penyelesaian masalah yang berfokus pada cara atau strategi untuk menyelesaikan masalah atau *Problem Focused Coping*. Bentuk-bentuk usaha atau cara yang dilakukan informan antara lain: berusaha mencari informasi tentang bagaimana cara menangani anak, bagaimana cara penyembuhan untuk anak, dan juga pendidikan yang bagaimana yang cocok untuk anak. Selain itu informan juga berusaha mencari tempat terapi dan juga sekolah khusus untuk anak, serta memberikan pengertian tentang keadaan anak mereka pada masyarakat dengan baik-baik.
2. Bentuk perilaku *coping* yang dilakukan oleh informan yang berorientasi pada cara penyelesaian masalah (*Problem Focused Coping*) adalah *Instrumental Action* sedang perilaku *coping* yang dilakukan oleh informan yang berorientasi emosi (*Emotion Focused Coping*) adalah *Self-Controlling*, *Denial*, dan *Seeking Meaning*.
3. Dampak positif dari perilaku *coping* yang dilakukan oleh informan yaitu informan mampu menerima keadaan subjek (*Exercised Caution*), dan juga membuat keadaan subjek menjadi motivator untuk lebih giat bekerja (*Seeking Meaning*). Selain itu informan juga merasakan ada perubahan yang positif pada subjek. Sedangkan dampak negatif dari perilaku *coping*

yang dilakukan oleh informan antara lain masih terdapat beberapa gejala autisme yang masih muncul pada diri subjek (belum mandiri, kontak mata kurang dan lain-lain) dan informan mengatasinya dengan terus memberi terapi pada subjek (*Intropersitive*). Selain itu ada kalanya subjek tidak mau menuruti perintah atau terapi yang diberikan, hal ini diatasi informan dengan merayu subjek (*Negotiation*). Dan ketika beberapa usaha yang dilakukan belum membuahkan hasil maka informan belajar dari pengalamannya usaha mana yang gagal maka tidak akan diulangi lagi (*Accepting Responsibility*).

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka penulis dapat memberikan saran-saran, antara lain:

1. Bagi informan penelitian, agar orang tua yang mempunyai anak autisme jangan merasa malu mempunyai anak autisme. Mereka adalah anak-anak yang "istimewa" sehingga berarti anda adalah orang tua yang "istimewa" pula, di tangan anda adalah masa depan mereka. Jangan merasa malu untuk memperkenalkan anak pada lingkungan sehingga diharapkan lingkungan pun bisa ikut mendukung dan membantu. Hal tersebut juga bisa untuk melatih anak dalam berinteraksi, kontak mata, berkomunikasi dan juga bersosialisasi.
2. Bagi sekolah, agar pihak sekolah ikut mempertimbangkan bentuk-bentuk perlakuan yang dilakukan oleh orang tua di rumah sehingga ada timbal balik atau kerjasama dalam menghadapi anak autisme.
3. Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti hal yang serupa, hendaknya memperhatikan hal-hal yang belum terungkap dalam penelitian ini dan menggali lebih mendalam lagi, sehingga akan lebih memperkaya pengetahuan tentang strategi *coping* dan autisme.

DAFTAR RUJUKAN

- Chaplin, J.P. (2001). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Raja Grafindo Persada..
- Firdaus, K. (2004). Distress dan Perilaku Koping pada Perawat RSU. *Skripsi* (tidak diterbitkan). Surakarta: Fakultas Psikologi UMS.
- Gunawidjaja, R. (2007). Pelatihan Social Stories dan Visual Support dan Keterampilan Guru Meningkatkan Perilaku Sosial Awareness Anak Autis. *Anima Indonesian Psychological Journal*. Vol 22. No:3. 221-236.
- Hadis, A. (2006). *Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus-Autistik*. Bandung: Alfabeta.
- Handoyo, Y. (2003). *Autisma*. Jakarta: PT. Bhuana Ilmu Populer.
- Hapsari, RA., Karyani,U., Taufik. (2002). Perjuangan Hidup Pengungsi Kerusakan Etnis (Studi Kasus tentang Perilaku Coping pada Pengungsi di Madura). *Indegenous Jurnal Ilmiah Berkala Psikologi*. Vol 6. No: 2. 122-129.
- Indirawati, Emma. (2006). *Hubungan Antara Kematangan Beragama dengan Kecenderungan Strategi Koping*. Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro. Vol 3. no: 2. 69-92.
- Judarwanto, W. (2006). *Autism in Children (Deteksi Dini dan Skrening Autis)*. Diperoleh dari <http://www.blogsom.com> .
- Moleong, L.J. (2006). *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Nurhayati. (2003). *Dinamika Psikologis Orang Tua Penderita Autisme*. www.digilib.itb.ac.id. Diakses 7 januari 2009.
- Rustiana, H. (2003). Gambaran Post Traumatic Stress Disorder (PTSD) dan Perilaku Coping Anak-Anak Korban Kerusakan Maluku Utara. *Tazkiya*. Vol 3. No: 1. 46-64.
- Saharso, D. (2004). Peran Neurologi Pediatri dalam Usaha Melawan Autisme. *Anima Indonesian Psychological Journal*. Vol 20. No: 2. 116-127.
- Sugiarto, S., dkk. (2004). Pengaruh Social Story Terhadap Kemampuan Berinteraksi Sosial pada Anak Autis. *Anima Indonesian Psychological Journal*. Vol 19. No: 3. 250-270.
- Tanjung, A._____. *Anak Idaman bagi Keluarga*. www.bkkbn.go.id. Diakses 18 Oktober 2008.
- Wanei, GK dan Sudarnoto, LFN. (2005). Survei Kebutuhan Guru Pembimbing Anak Autism Spectrum Disorder (ASD). *Jurnal Psiko-Edukasi*. Vol 3. No: 3. 91-111.
- Widodo. (2008). *Autisme dan Pentingnya Deteksi Dini* (1). www.wikimu.com