

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kecemasan Orang Tua Tentang Pasangan Hidup Anak Berkebutuhan

Khusus (ABK)

1. Pengertian Kecemasan

Rasa cemas adalah perasaan tidak menentu, panik, tanpa mengetahui sebab-sebab yang ditakutkan dan tidak dapat menghilangkan perasaan gelisah dan mencemaskan itu, sedangkan kecemasan itu adalah proses emosi yang bercampur baur, yang terjadi ketika seseorang sedang mengalami tekanan perasaan (frustasi) dan pertentangan batin atau konflik (Drajat, 1995).

Menurut Chaplin reaksi kecemasan merupakan suatu pola reaksi yang kompleks ditandai dengan perasaan-perasaan kecemasan yang kuat dan disertai gejala-gejala somatis seperti jantung berdebar, rasa tercekik, gemeteran dan bahkan sampai pingsan. Individu yang menderita kecemasan lebih besar kemungkinannya menafsirkan situasi yang rancu sebagai hal yang mengancam dibandingkan orang yang tidak menderita kecemasan (Blackburn, M dan Davidson, K. 1994).

Pendapat tersebut didukung oleh Jersild (dalam Ratnawati dan Sinambela, 1996) yang mengatakan bahwa secara umum kecemasan dapat dirumuskan sebagai keadaan psikologis dimana individu terus menerus dalam

perasaan khawatir yang ditimbulkan adanya konflik internal. Kekhawatiran ini dialami sebagai suatu ketidaktentraman yang kabur atau perasaan-perasaan lain yang tidak baik, suatu perasaan gugup, takut, marah, gelisah, mudah tersinggung, tertekan atau panduan dari berbagai perasaan.

Berdasarkan pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa kecemasan merupakan suatu reaksi yang pada umumnya setiap individu pernah merasakan tetapi yang membedakan adalah tingkat kecemasannya, sehingga dapat dikatakan sifatnya subyektif dan berdasarkan kesiapan individu dalam menghadapi suatu masalah. Secara umum kecemasan merupakan suatu bentuk rasa takut yang cukup kuat dan ditandai dengan tanda-tanda penderitaan psikologis di dalam fisik seseorang. Didukung dengan adanya perasaan yang tidak menyenangkan pada masa yang akan datang atau mengantisipasi rasa bersalah.

2. Tipe - Tipe Kecemasan

Menurut Freud ada tiga tipe kecemasan antara lain: a. Kecemasan realistik, merupakan respon emosional terhadap ancaman (anggapan) mengenai bahaya yang nyata dari lingkungan eksternal disebut juga sebagai *objective anxiety*. Pada dasarnya *objective anxiety* sama dengan ketakutan dan memiliki suatu aspek yang melemahkan kemampuan individu untuk menggulangi secara efektif sumber-sumber bahaya. Kecemasan realistik akan mereda ketika sumber-sumber bahaya turut mempengaruhinya. Kecemasan realistik merupakan tipe kecemasan yang paling pokok diantara tipe lainnya.

b. Kecemasan neurotic, merupakan suatu respon emosional terhadap ancaman yang ditandai dengan munculnya tindakan-tindakan impulsif di alam sadar. Hal ini disebabkan oleh rasa takut ego yang tidak dapat mengontrol instink-instink seperti phobia, reaksi obsesi kompulsi, dll. c. Kecemasan moral (perasaan berdosa), merupakan suatu respon emosional ketika ego terancam punishment dari superego. Individu cenderung merasa berdosa apabila melakukan sesuatu yang bertentangan dengan norma-norma moral. Kecemasan ini juga merupakan dasar dalam realitas karena di masa lampau orang telah mendapatkan hukuman sebagai akibat dari perbuatan yang melanggar moral dan mendapat hukuman yang sama apabila melanggar lagi.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa tiga tipe kecemasan yaitu kecemasan realistik, neurotic dan moral (perasaan berdosa) dimana individu satu dengan individu yang lain berbeda dari segi kuantitas maupun kualitasnya. Kecemasan itu muncul karena adanya berbagai kejadian di dalam kehidupan atau dapat terletak di dalam diri seseorang sehingga dapat menyebabkan reaksi emosional pada berbagai kekhawatiran, karena seseorang tidak mampu menyesuaikan diri baik dengan diri sendiri, orang lain maupun lingkungannya.

3. Gejala – Gejala Kecemasan

Pada saat individu mengalami suatu perasaan cemas maka akan tampil perubahan dalam dirinya baik secara psikologis maupun fisik. secara fisik dapat diketahui dengan meningkatnya detak jantung, rasa sakit, pusing, perut

mendadak mual dan mulas. Secara psikologis dapat dilihat dari perubahan perilaku, menjadi tegang, khawatir, takut dan lain-lain. Menurut Bisono (dalam Wydiarie, 2000) ada 2 gejala yang ditimbulkan karena adanya kecemasan yaitu: a. Fisik (wajah memucat, jantung berdebar kencang, nafas tersengat), b. Psikologis (tegang, gugup, takut, tidak percaya diri dan gelisah).

Nevid (2005) mengklasifikasikan gejala-gejala kecemasan dalam tiga jenis gejala, diantaranya yaitu : 1) Gejala fisik dari kecemasan yaitu : kegelisahan, anggota tubuh bergetar, banyak berkeringat, sulit bernafas, jantung berdetak kencang, merasa lemas, panas dingin, mudah marah atau tersinggung. 2) Gejala behavioral dari kecemasan yaitu : berperilaku menghindar, terguncang, melekat dan dependen. 3) Gejala kognitif dari kecemasan yaitu : khawatir tentang sesuatu, perasaan terganggu akan ketakutan terhadap sesuatu yang terjadi dimasa depan, keyakinan bahwa sesuatu yang menakutkan akan segera terjadi, ketakutan akan ketidakmampuan untuk mengatasi masalah, pikiran terasa bercampur aduk atau kebingungan, sulit berkonsentrasi.

Kecemasan adalah suatu keadaan emosional yang mempunyai ciri keterangsangan fisiologis, perasaan tegang yang tidak menyenangkan, dan perasaan aprehensif bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi (Nevid, 2005). Faktor gejala-gejala kecemasan antara lain: a. Gejala Fisik (kegelisahan, anggota tubuh bergetar, banyak berkeringat, sulit bernafas, jantung berdetak kencang, merasa lemas, panas dingin, mudah marah atau tersinggung). b. Gejala Behavioral (berperilaku menghindar, terguncang, melekat dan

dependent). c. Gejala kognitif (khawatir tentang sesuatu, perasaan terganggu akan ketakutan terhadap sesuatu akan terjadi di masa depan, keyakinan terhadap sesuatu yang menakutkan akan segera terjadi, ketakutan akan ketidakmampuan mengatasi masalah, pikiran terasa bercampur aduk atau kebingungan, sulit berkonsentrasi).

Kecemasan berasal dari perasaan tidak sadar yang berada didalam kepribadian sendiri, dan tidak berhubungan dengan objek yang nyata atau keadaan yang benar-benar ada. Rochman (2010) mengemukakan beberapa gejala-gejala dari kecemasan antara lain : a) Ada saja hal-hal yang sangat mencemaskan hati, hampir setiap kejadian menimbulkan rasa takut dan cemas. Kecemasan tersebut merupakan bentuk ketidakberanian terhadap hal-hal yang tidak jelas. b) Adanya emosi-emosi yang kuat dan sangat tidak stabil. Suka marah dan sering dalam keadaan excited (heboh) yang memuncak, sangat irritable, akan tetapi sering juga dihinggapi depresi. c) Diikuti oleh bermacam-macam fantasi, delusi, ilusi, dan delusion of persecution (delusi yang dikejar-kejar). d) Sering merasa mual dan muntah-muntah, badan terasa sangat lelah, banyak berkeringat, gemetar, dan seringkali menderita diare. e) Muncul ketegangan dan ketakutan yang kronis yang menyebabkan tekanan jantung menjadi sangat cepat atau tekanan darah tinggi.

Dari pendapat-pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa gejala kecemasan dapat diketahui dari gejala fisik dengan tanda-tanda gelisah, gemeteran, berkeringat dingin, sulit bernafas, jantung berdetak kencang, lemas, panas dingin, mudah marah (tersinggung). Gejala behavioral dari

kecemasan yaitu : berperilaku menghindar, terguncang, melekat dan dependen. Gejala kognitif dari kecemasan yaitu : khawatir tentang sesuatu, perasaan terganggu akan ketakutan terhadap sesuatu yang terjadi di masa depan, keyakinan bahwa sesuatu yang menakutkan akan segera terjadi, ketakutan akan ketidakmampuan untuk mengatasi masalah, pikiran terasa bercampur aduk atau kebingungan, sulit berkonsentrasi. Maka peneliti menggunakan gejala kecemasan pada fisik dari Nevid (2005) sebagai indikator penelitian.

4. Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan

Kecemasan yang dialami seseorang dipengaruhi oleh beberapa sebab antara lain : a. Tingkat Pendidikan yaitu semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka akan semakin mampu melakukan penilaian yang kemudian akan mempengaruhi sikapnya, seperti yang dikemukakan oleh Spielberger (dalam Hartati, 1999). Bahwa penilaian terhadap rangsang (situasi) yang dianggap mengancam dipengaruhi oleh sikap, kemampuan dan pengalaman masa lalu. Lebih lanjut dikatakan bahwa dalam situasi yang mengancam atau tidak menyenangkan reaksi kecemasan akan terganggu melalui mekanisme umpan dan kognitif nya. b. Usia dapat mempengaruhi emosi seseorang. Menurut Harlock (1999). Pada setiap tahapan usia terdapat ketegangan emosi. Apabila seseorang merasa tidak mampu mengatasi masalah-masalah dalam kehidupannya, maka individu akan terganggu secara emosional. Hal ini muncul dengan beberapa tingkah laku misalnya emosi yang meledak-ledak, tidak nafsu makan dan kebiasaan-kebiasaan yang dapat meningkatkan

kecemasan. c. Keturunan, sifat seseorang berasal dari orang tua. Apabila orang tua memiliki sifat pencemas, maka sifat ini akan dimiliki anaknya pula. Jadi sifat pencemas ini merupakan keturunan. d. Persepsi tentang situasi membahayakan atau tidaknya yang sedang dihadapi dan kecenderungan kepribadian sosial dan pengalaman yang dipelajari pada masa lampau, dikemukakan oleh sarason dan spielberger (dalam Hartati, 1999).

Menurut Sani, (2012) faktor lain yang mempengaruhi kecemasan seseorang meliputi beberapa aspek antara lain, terdapat komponen genetik terhadap kecemasan, scan otak dapat melihat perbedaan terutama pada kecemasan yang merespons dengan signal berbahaya, sistem memproses informasi dalam seseorang berjalan dengan singkat (hal ini dapat direspons dengan suatu ancaman sebelum yang bersangkutan menyadari ancaman tersebut), akar dari gangguan kecemasan mungkin tidak akan menjadi pemisahan mekanisme yang menyertainya namun terjadi pemisahan mekanisme yang mengendalikan respons kecemasan dan yang menyebabkan situasi diluar kontrol.

Menurut Dradjat (2010) mengemukakan juga beberapa penyebab dari kecemasan yaitu : 1) Rasa cemas yang timbul akibat melihat adanya bahaya yang mengancam dirinya. Kecemasan ini lebih dekat dengan rasa takut, karena sumbernya terlihat jelas didalam pikiran. 2) Cemas karena merasa berdosa atau bersalah, karena melakukan hal-hal yang berlawanan dengan keyakinan atau hati nurani. Kecemasan ini sering pula menyertai gejala-gejala gangguan mental, yang kadang-kadang terlihat dalam bentuk yang umum. 3)

Kecemasan yang berupa penyakit dan terlihat dalam beberapa bentuk, antara lain : kecemasan ini disebabkan oleh hal yang tidak jelas dan tidak berhubungan dengan apapun yang terkadang disertai dengan perasaan takut yang mempengaruhi keseluruhan kepribadian penderitanya, kecemasan hadir karena adanya suatu emosi yang berlebihan dan keduanya mampu hadir karena lingkungan yang menyertainya, baik lingkungan keluarga, sekolah, maupun penyebabnya.

Az-Zahrani (2005) menyebutkan faktor yang mempengaruhi adanya kecemasan yaitu : a) Lingkungan keluarga dimana keadaan rumah dengan kondisi yang penuh dengan pertengkaran atau penuh dengan kesalahpahaman serta adanya ketidakpedulian orangtua terhadap anak-anaknya, dapat menyebabkan ketidaknyamanan serta kecemasan pada anak saat berada didalam rumah. b) Lingkungan sosial adalah salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan individu. Jika individu tersebut berada pada lingkungan yang tidak baik, dan individu tersebut menimbulkan suatu perilaku yang buruk, maka akan menimbulkan adanya berbagai penilaian buruk dimata masyarakat. Sehingga dapat menyebabkan munculnya kecemasan.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan adanya faktor yang mempengaruhi kecemasan diantaranya pendidikan, usia, keturunan dan persepsi terhadap pengalaman yang didapat dari individu, sehingga mempengaruhi kecemasan yang dirasakan semakin meningkat. Selain itu disebutkan pula faktor yang mempengaruhi kecemasan adalah adanya lingkungan yang kurang baik (jauh dari dukungan sosial).

5. Dinamika Kecemasan

Kecemasan yang dialami individu dimungkinkan adanya hambatan-hambatan dari dalam dan luar individu dalam pemenuhan kebutuhannya. Menurut Atkinson (1999) kecemasan individu disebabkan adanya hambatan dari luar maupun dalam individu dan akibat dari situasi apapun yang bersifat mengancam keberadaan individu. Sama halnya dengan yang dikemukakan oleh Haber dan Runyon (dalam Suryani, 2007) bahwa jika seseorang mengalami perasaan gelisah, gugup, atau tegang dalam menghadapi suatu situasi yang tidak pasti, berarti orang tersebut mengalami kecemasan, yaitu ketakutan yang tidak menyenangkan, atau suatu pertanda sesuatu yang buruk akan terjadi.

Jersild (Astuti dan Pudjono, 2004), menjelaskan kecemasan sebagai keadaan psikologis dimana individu terus - menerus berada dalam perasaan khawatir yang ditimbulkan oleh adanya konflik internal. Kekhawatiran ini dialami sebagai suatu ketidaktentraman yang kabur atau sebagai perasaan - perasaan lain seperti takut, marah, gelisah, mudah tersinggung, tertekan atau campuran dari berbagai perasaan. Kecemasan juga berawal dari ketakutan kecil yang biasanya membuat individu sedikit tegang dan bila meningkat, individu menunjukkan wajah pucat, jantung berdebar, nafas tersenggal, mulut terasa kering, dada sesak, tangan kesemutan, mudah letih dan lesu, serta sering mengalami mimpi buruk.

Menurut Hurlock (1999) individu dengan kecemasan akan mengalami gangguan antisipasi atau harapan pada masa yang akan datang bukan pada kondisi fisik maupun psikis. Keadaan ini ditandai oleh adanya rasa khawatir, gelisah dan perasaan akan terjadinya sesuatu yang tidak menyenangkan. Perasaan tidak mampu menghadapi tantangan, kurang percaya diri dan tidak dapat menemukan penyelesaian masalah yang dapat memicu kecemasan.

Kecemasan – kecemasan yang dialami seorang individu pada umumnya dapat menjadi penghambat bagi individu itu sendiri untuk mencapai tujuannya. Individu secara tidak langsung dapat menjadi pribadi yang negative seperti kurang percaya diri, merasa diabaikan dan menutup diri dari lingkungan sosial. Hal ini menyebabkan individu tidak mampu menemukan penyelesaian dari masalah-masalah yang dihadapi, tidak dapat berkembang sehingga tidak dapat mencapai taraf hidup yang lebih baik di lingkungannya.

6. Anak Berkebutuhan Khusus (ABK)

a. Pengertian Anak Berkebutuhan Khusus (ABK)

Anak berkebutuhan khusus (ABK) adalah definisi yang sangat luas, mencakup anak-anak yang memiliki cacat fisik, atau kemampuan IQ rendah, serta anak dengan permasalahan sangat kompleks, sehingga fungsi-fungsi kognitifnya mengalami gangguan. Ada beberapa istilah yang digunakan untuk menunjukkan keadaan anak berkebutuhan khusus. Istilah anak berkebutuhan khusus merupakan istilah terbaru yang digunakan, dan merupakan terjemahan dari children with special needs yang telah digunakan secara luas di dunia internasional, ada beberapa istilah lain yang

pernah digunakan diantaranya anak cacat, anak tuna, anak berkelainan, anak menyimpang, dan anak luar biasa, ada satu istilah yang berkembang secara luas telah digunakan yaitu difabel, sebenarnya merupakan kependekan dari difference ability.

Anak-anak berkebutuhan khusus, adalah anak-anak yang memiliki keunikan tersendiri dalam jenis dan karakteristiknya, yang membedakan mereka dari anak-anak normal pada umumnya. Anak berkebutuhan khusus berproses dan tumbuh, tidak dengan modal fisik yang wajar, karenanya sangat wajar jika mereka terkadang cenderung memiliki sikap defensif (menghindar), rendah diri, atau mungkin agresif, dan memiliki semangat belajar yang lemah.

Menurut Heward anak berkebutuhan khusus adalah anak dengan karakteristik khusus yang berbeda dengan anak pada umumnya tanpa selalu menunjukkan pada ketidakmampuan mental, emosi atau fisik. Yang termasuk kedalam ABK antara lain: tuna netra, tunarungu, tunagrahita, tuna daksa, tunalaras, kesulitan belajar, gangguan prilaku, anak berbakat, anak dengan gangguan kesehatan. istilah lain bagi anak berkebutuhan khusus adalah anak luar biasa dan anak cacat. Karena karakteristik dan hambatan yang dimiliki, ABK memerlukan bentuk pelayanan pendidikan khusus yang disesuaikan dengan kemampuan dan potensi mereka, contohnya bagi tuna netra mereka memerlukan modifikasi teks bacaan menjadi tulisan Braille dan tunarungu berkomunikasi menggunakan bahasa isyarat.

Anak berkebutuhan khusus biasanya bersekolah di Sekolah Luar Biasa (SLB) sesuai dengan kekhususannya masing-masing. SLB bagian A untuk tuna netra, SLB bagian B untuk tunarungu, SLB bagian C untuk tunagrahita, SLB bagian D untuk tuna daksa, SLB bagian E untuk tunalaras dan SLB bagian G untuk cacat ganda.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa anak berkebutuhan khusus adalah anak yang memiliki keunikan dan karakteristik tersendiri, dalam waktu juga membutuhkan perhatian yang khusus, dalam akademik juga anak berkebutuhan khusus cenderung memiliki IQ yang rendah.

b. Kategori Anak Berkebutuhan Khusus (ABK)

1. Tuna Netra

a. Pengertian Tuna Netra

Anak dengan gangguan penglihatan (Tuna Netra). Tuna netra adalah gangguan daya penglihatan, berupa kebutaan menyeluruh atau sebagian, dan walaupun mereka telah diberi pertolongan alat bantu khusus mereka masih tetap mendapat Pendidikan khusus. Kehilangan kemampuan penglihatan adalah suatu kondisi dimana fungsi penglihatannya mengalami penurunan mulai dari derajat yang ringan hingga yang paling berat.

Bateman dalam Hallahan &Kauffman (1991) mengemukakan bahwa dari hasil penelitian, diperoleh beberapa fakta yang memberikan

kesan bahwa anak tuna netra baik yang kurang lihat maupun buta, ketinggalan dari temannya yang awas. Berkaitan dengan tersebut, Samuel Hayes dalam Moh. Amin (1986) telah mengukur kecerdasan tuna netra dengan menggunakan tes kecerdasan Hayes Binet dengan menghilangkan nomor-nomor yang menggunakan penglihatan dan menggantinya dengan nomor-nomor yang tidak menggunakan penglihatan dari Stanford-Binet. Tes tersebut menguji 2.312 anak-anak buta, dan menemukan bahwa angka IQ rata-rata mereka adalah 98,8. Studi yang dilakukan oleh kephart 7 Schwartz (1974) menunjukkan bahwa anak - anak yang mengalami gangguan penglihatan yang berat cenderung memperoleh kemampuan berkomunikasi secara lisan, dan mampu berprestasi, seperti anak awas ([http://www.scribd.com/doc/28796873/ANAK-TUNA NETRA](http://www.scribd.com/doc/28796873/ANAK-TUNA_NETRA) , di unduh 7 Mei 2014).

b. Klasifikasi Dan Penyebab Ketuna netraan

Ada dua kategori besar yang tergolong dengan kehilangan kemampuan penglihatan menurut Schwartz (1974) yaitu:

- 1) Low vision yaitu, orang yang mengalami kesulitan untuk menyelesaikan tugas-tugasnya yang berkaitan dengan penglihatan namun dapat menyelesaikan tugas tersebut dengan menggunakan strategi pendukung penglihatan, melihat dari dekat, penggunaan alat - alat bantu dan juga modifikasi lingkungan sekitar.
- 2) Kebutaan yaitu, orang yang kehilangan kemampuan penglihatan atau hanya memiliki kemampuan untuk mengetahui adanya cahaya atau tidak.

Penyebab terjadinya kehilangan kemampuan penglihatan adalah karena adanya permasalahan pada struktur atau fungsi dari mata.

Ciri-ciri Tuna Netra : Anak-anak dengan gangguan penglihatan dapat diketahui dengan ciri - ciri berikut: a) Tidak mampu melihat. b) Tidak mampu mengenali pada jarak 6 meter. c) Kerusakan nyata pada kedua bola mata. d) Sering meraba - raba atau tersandung waktu berjalan. e) Mengalami kesulitan saat mengambil benda kecil di sekitarnya. f) Bagian bola mata yang hitam berwarna keruh, bersisik, kering. g) Peradangan hebat pada kedua bola mata. h) Posisi mata sulit dikendalikan oleh syaraf otak, antara lain mata bergoyang-goyang terus.

Keterbatasan anak tuna netra adalah keterbatasan dalam konsep dan pengalaman baru, keterbatasan dalam berinteraksi dengan lingkungan, keterbatasan dalam mobilitas. Sedangkan kebutuhan pembelajaran pada anak tuna netra harus mengacu kepada prinsip-prinsip: a. Kebutuhan akan pengalaman konkret, b. Kebutuhan akan pengalaman memadukan, c. Kebutuhan akan berbuat dan bekerja dalam belajar. ([http://www.scribd.com/doc/28796873/ANAK-TUNA NETRA](http://www.scribd.com/doc/28796873/ANAK-TUNA_NETRA), di unduh 7 Mei 2014).

c. Karakteristik Anak Tuna Netra

Karakteristik yang mungkin terjadi pada anak tuna netra yang tergolong buta adalah sebagai akibat langsung maupun tidak langsung dari kebutaannya diantaranya: curiga pada orang lain, mudah tersinggung, ketergantungan pada orang lain.

Adapun karakteristik anak tuna netra dibagi dalam aspek fisik atau sensorik dan motorik atau perilaku, yaitu :

1) Aspek fisik atau sensoris, dari kondisi matanya dan sikap tubuhnya yang kurang ajeg serta agak kaku dan dari segi indera, umumnya anak tuna netra menunjukkan kepekaan yang lebih baik pada indera pendengaran dan perabaan dibanding dengan anak awas.

2) Aspek perilaku atau motorik, dari aspek motorik atau perilaku anak tuna netra menunjukkan karakteristik sebagaimana gerakannya agak kaku dan kurang fleksibel, Perilaku Stereotipee (Stereotip behavior). ([http://www.scribd.com/doc/28796873/ANAK-TUNA NETRA](http://www.scribd.com/doc/28796873/ANAK-TUNA_NETRA), di unduh 7 Mei 2014).

2. Tuna Rungu

a. Pengertian Tuna Rungu

Tunarungu adalah seseorang yang mengalami kekurangan atau kehilangan kemampuan mendengar baik sebagian atau seluruhnya yang diakibatkan karena tidak berfungsinya sebagian atau seluruh alat pendengaran, sehingga ia tidak dapat menggunakan alat pendengarannya dalam kehidupan sehari-hari yang membawa dampak terhadap kehidupannya secara kompleks.

Keadaan kehilangan pendengaran meliputi seluruh gradasi atau tingkatan baik ringan, sedang, berat dan sangat berat yang akan mengakibatkan pada gangguan komunikasi dan bahasa. Ketunarunguan ini

dapat digolongkan dalam kurang dengar atau tuli. Gangguan pendengaran merupakan gangguan yang menghambat proses informasi bahasa melalui pendengaran, dengan maupun tanpa alat penguat, bersifat permanen maupun sementara, yang mengganggu proses pembelajaran anak.

Orang yang tuli adalah orang yang tunarungu digunakan untuk orang yang mengalami gangguan pendengaran yang mengalami kehilangan pendengaran (lebih dari 70 dB) yang mengakibatkan kesulitan dalam memproses informasi bahasa melalui pendengarannya sehingga ia tidak dapat memahami pembicaraan orang lain baik dengan memakai maupun tidak memakai alat bantu dengar. Orang yang kurang dengar adalah orang yang mengalami kehilangan pendengaran (sekitar 27 sampai 69 dB) yang biasanya dengan menggunakan alat bantu dengar, sisa pendengarannya memungkinkan untuk memproses informasi bahasa sehingga dapat memahami pembicaraan orang lain.

b. Klasifikasi Dan Penyebab Ketunarunguan

Ketunarunguan dapat diklasifikasikan ke dalam empat kategori, yaitu:

1) Ketunarunguan ringan, yaitu kondisi di mana orang masih dapat mendengar bunyi dengan intensitas 20-40 dB (decibel, disingkat dB, ukuran untuk intensitas/tekanan pada bunyi)). Anak tuna rungu sering tidak menyadari bahwa sedang diajak bicara, mengalami sedikit kesulitan dalam percakapan.

2) Ketunarunguan sedang, yaitu kondisi di mana orang masih dapat mendengar bunyi dengan intensitas 40-65 dB. Mereka mengalami kesulitan dalam percakapan tanpa memperhatikan wajah pembicara, sulit mendengar dari kejauhan atau dalam suasana gaduh, tetapi dapat terbantu dengan alat bantu dengar (hearing aid).

3) Ketunarunguan berat, yaitu kondisi di mana orang hanya dapat mendengar bunyi dengan intensitas 65-95 dB. Mereka sedikit memahami percakapan pembicara bila memperhatikan wajah pembicara dengan suara keras, tetapi percakapan normal praktis tidak mungkin dilakukannya, tetapi dapat terbantu dengan alat bantu dengar.

4) Ketunarunguan parah, yaitu kondisi di mana orang hanya dapat mendengar bunyi dengan intensitas 95 dB atau lebih keras. Percakapan normal tidak mungkin baginya, ada yang dapat terbantu dengan alat bantu dengar tertentu, sangat bergantung pada komunikasi visual

Penyebab gangguan pendengaran terbagi dalam dua kategori, yaitu :

- 1) Faktor genetik. Pengaruh genetik dapat menyebabkan cacat tulang telinga bagian tengah, sehingga mengakibatkan berkurangnya pendengaran.
- 2) Faktor lingkungan atau pengalaman. Lingkungan yang mempengaruhi pendengaran biasanya berupa serangan penyakit, misalnya campak, radang telinga, pemakaian obat-obatan, trauma suara terlalu keras. Anak dengan gangguan pendengaran berdasarkan tingkat keberfungsian telinga dalam mendengar bunyi.

Adapun ciri-ciri Tuna Rungu antara lain : Tidak mampu dengar, terlambat perkembangan bahasa, sering menggunakan isyarat dalam berkomunikasi, kurang / tidak tanggap bila diajak bicara, ucapan kata tidak jelas, kualitas suara aneh atau monoton, sering memiringkan kepala dalam usaha mendengar, banyak perhatian terhadap getaran, keluar nanah dari kedua telinga, terdapat kelainan organis telinga.

c. Karakteristik Anak Tuna Rungu

Adapun karakteristik anak tuna rungu dikelompokkan beberapa aspek antara lain :

1) Karakteristik Dalam Aspek Akademis

Menurut Lanny Gunawan (1982) yang menyatakan bahwa ketunarunguan tidak mengakibatkan kekurangan dalam potensi kecerdasan mereka akan tetapi siswa tunarungu sering menampilkan prestasi akademik yang lebih rendah dibandingkan dengan anak seusianya.

Dampak yang nyata dari anak tunarungu adalah terhambatnya kemampuan berbahasa. Pada bayi tunarungu perkembangannya terhambat sehingga bicaranya tidak terbentuk. Dalam perkembangan selanjutnya, mereka mengadakan komunikasi dengan menggunakan isyarat dan mengalami kesulitan untuk berkomunikasi secara verbal.

2) Karakteristik Dalam Aspek Sosial Emosional

a) Pergaulan yang terbatas pada sesama tunarungu

Anak tunarungu cenderung untuk bergaul atau bersosialisasi dengan anak tunarungu atau menarik diri dari lingkungan anak mendengar.

Karakteristik seperti ini tampak sekali pada tunarungu remaja, terutama yang bersekolah di sekolah khusus, seperti SLB-B.

b) Sifat egosentris yang melebihi anak normal

Sifat egosentris pada anak tunarungu ditunjukkan dengan sukarnya mereka menempatkan diri pada situasi berpikir dan perasaan orang lain, sukarnya menyesuaikan diri, serta tindakannya lebih terpusat pada ego.

c) Perasaan takut (khawatir) terhadap lingkungan sekitar

Anak tunarungu selalu bersikap ragu-ragu atau menimbulkan rasa takut yang pada akhirnya ketergantungan pada orang lain atau kurang percaya diri.

d) Perhatian mereka sukar dialihkan, apabila sudah menyenangkan suatu benda atau pekerjaan tertentu. Dengan keterbatasan berpikirnya, alam pikiran mereka terpaku pada hal-hal yang konkret, tidak mudah teralih ke hal lain yang tidak atau belum nyata.

e) Memiliki sifat polos

Anak tunarungu pada umumnya memiliki sifat polos sehingga dapat menyampaikan perasaannya atau apa yang dipikirkannya kepada orang lain tanpa beban. Demikian juga perasaan anak tunarungu umumnya dalam keadaan ekstrem tanpa nuansa.

f) Cepat marah dan mudah tersinggung

Karena keterbatasannya dalam kemampuan berbahasa anak tunarungu mengalami kesulitan untuk mengungkapkan perasaan atau pikirannya kepada orang lain melalui bicara dan juga mengalami kesulitan

dalam memahami pembicaraan orang lain. Keterbatasan tersebut sering kali menimbulkan kekecewaan atau frustrasi, cepat marah, dan mudah tersinggung.

3) Karakteristik Dalam Aspek Fisik Dan Kesehatan

Pada umumnya aspek fisik anak tunarungu tidak banyak mengalami hambatan. Namun pada sebagian tunarungu ada yang mengalami gangguan keseimbangan sehingga cara berjalannya kaku dan agak membungkuk. Gerakan mata anak tunarungu lebih cepat, hal ini menunjukkan bahwa anak ingin menangkap atau mengetahui keadaan lingkungan sekitarnya. Gerakan tangannya sangat lincah, hal tersebut tampak ketika ia mengadakan komunikasi dengan menggunakan bahasa isyarat dengan sesama tunarungu. Pernapasannya pendek karena tidak terlatih melalui kegiatan berbicara.

3. Tuna Daksa

a. Pengertian Tuna Daksa.

Tuna daksa berarti suatu keadaan rusak atau terganggu sebagai akibat gangguan bentuk atau hambatan pada tulang, otot, dan sendi dalam fungsinya yang normal.

b. Klasifikasi dan Penyebab Ketuna daksaan.

Menurut Keoning (1999), penyebab tuna daksa dapat diklasifikasikan sebagai berikut: 1) kerusakan yang dibawa sejak lahir atau kerusakan yang merupakan keturunan. 2) kerusakan pada waktu kelahiran. 3) infeksi. 4)

kondisi traumatik atau kerusakan traumatik. 5) tumor. Ketuna daksaan dapat juga disebabkan oleh beberapa hal, yaitu:

1. Sebab-sebab yang timbul sebelum kelahiran. Faktor-faktor keturunan : trauma dan infeksi pada waktu kehamilan, usia ibu yang sudah lanjut pada waktu melahirkan anak, pendarahan pada waktu kehamilan, keguguran yang dialami ibu.
2. Sebab-sebab yang timbul pada waktu kelahiran, penggunaan alat-alat pembantu kelahiran (seperti tang, tabung, vacuum, dan lain- lain) yang tidak lancar dan penggunaan obat bius pada waktu kelahiran.
3. Sebab-sebab sesudah kelahiran, adapun kecacatan yang disebabkan sesudah kelahiran diantaranya: Infeksi, trauma, tumor, dan kondisi-kondisi lainnya.

Ciri-ciri dari anak tuna daksa, yaitu: 1) Anggota gerak tubuh kaku/lemah/lumpuh. 2) Kesulitan dalam gerakan (tidak sempurna, tidak lentur/tidak terkendali). 3) Terdapat bagian anggota gerak yang tidak lengkap/tidak sempurna/lebih kecil dari biasa. 4) Terdapat cacat pada alat gerak. 5) Jari tangan kaku dan tidak dapat menggenggam. 6) Kesulitan pada saat berdiri, berjalan, duduk, dan menunjukkan sikap tubuh tidak normal. 7) Hiperaktif / tidak dapat diam. (<http://id.shvoong.com/social-sciences/education/2194391-pengertian-tunadaksa>. di unduh 7 Mei 2014).

c. Karakteristik Anak Tuna Daksa

Jenis karakteristik anak tuna daksa dibagi menjadi 4 golongan yaitu :

- 1) Karakteristik Akademis

Karakteristik akademis anak tuna daksa meliputi ciri khas kecerdasan, kemampuan kognisi, persepsi dan simbolisasi mengalami kelainan karena tergantungnya sistem cerebral sehingga mengalami hambatan dalam hambatan dan mengurus diri. Anak tuna daksa karena kelainan pada system otot dan rangka tidak terganggu sehingga dapat belajar seperti anak normal.

2) Karakteristik Sosial atau Emosional

Karakteristik sosial anak tuna daksa menunjukkan bahwa konsep diri dan respons serta sikap masyarakat yang negative terhadap anak tuna daksa mengakibatkan anak tuna daksa merasa tidak mampu, tidak berguna, dan menjadi rendah diri, akibatnya kepercayaan dirinya hilang dan akhirnya tidak dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya. Mereka juga menunjukkan sikap mudah tersinggung, mudah marah, lekas putus asa, rendah diri, kurang dapat bergaul, malu, dan suka menyendiri, serta frustrasi berat.

3) Karakteristik Fisik atau Kesehatan

Anak tuna daksa biasanya selain mengalami cacat tubuh, juga mengalami gangguan lain, seperti sakit gigi, berkurangnya daya pendengaran, penglihatan, gangguan bicara dan gangguan motorik. (<http://id.shvoong.com/social-sciences/education/2194391-pengertian-tunadaksa>. di unduh 7 Mei 2014).

7. Kecemasan Orang Tua Pada Pasangan Hidup Anak Berkebutuhan Khusus

Kecemasan adalah suatu reaksi yang pada umumnya setiap individu pernah merasakan tetapi yang membedakan adalah tingkat kecemasannya. Secara umum kecemasan merupakan suatu bentuk rasa takut yang cukup kuat dan ditandai dengan tanda-tanda penderitaan psikologis di dalam fisik seseorang. Menurut Chaplin reaksi kecemasan merupakan suatu pola reaksi yang kompleks ditandai dengan perasaan-perasaan kecemasan yang kuat dan disertai gejala-gejala somatis seperti jantung berdebar, rasa tercekik, gemetaran dan bahkan sampai pingsan.

Jersild menjelaskan kecemasan sebagai keadaan psikologis dimana individu terus-menerus berada dalam perasaan khawatir yang ditimbulkan oleh konflik internal. Kekhawatiran ini dialami sebagai suatu ketidaktentraman yang kabur atau sebagai perasaan seperti takut, marah, gelisah, mudah tersinggung, tertekan atau campuran dari berbagai perasaan.

Perasaan cemas ini adalah perasaan tidak menentu tanpa mengetahui penyebab yang ditakutkan dan tidak dapat menghilangkan perasaan gelisah dan mencemaskan itu. Misalkan pada contoh yang diambil pada penelitian ini adalah kecemasan orang tua tentang pasangan hidup anak berkebutuhan khusus (ABK).

Anak berkebutuhan khusus (ABK) adalah anak-anak yang memiliki keunikan sendiri dalam jenis dan karakteristiknya yang membedakan mereka dari anak-anak normal pada umumnya. Anak berkebutuhan khusus berproses dan tumbuh, tidak dengan modal fisik yang wajar karenanya sangat wajar jika mereka terkadang cenderung memiliki sikap defensif (menghindar), rendah diri, mungkin agresif dan memiliki semangat belajar yang lemah.

Orang tua yang tidak dapat menerima kenyataan bahwa anaknya tergolong anak berkebutuhan khusus pastinya akan menimbulkan perasaan cemas. Hal ini karena pada umumnya anak-anak ABK tidak mampu beraktivitas dan berkomunikasi sebagaimana anak-anak normal yang tentunya akan mempengaruhi juga pada proses adaptasi anak. Keterbatasan-keterbatasan inilah yang membuat orang tua terutama ibu akan merasa cemas.

Keterbatasan pergaulan juga dapat menjadi faktor yang mempengaruhi kemasam orang tua terhadap anaknya yang berkebutuhan khusus. Khawatiran dan kecemasan orang tua yang takut anaknya akan diabaikan, dicaci dan dihina oleh teman-temannya yang lain saat bermain, dalam penelitian ini anak berkebutuhan khusus yang diteliti diantaranya tuna netra, tuna rungu dan tuna daksa. Mengingat keterbatasan komunikasi dan terhalang pada adaptasi yang kurang pada anak berkebutuhan khusus, serta orang tua yang lebih menekan pada perhatian anaknya sehingga anak lebih terbatas dalam pergaulannya.

Menginjak usia remaja anak-anak ABK ini pastinya akan melewati tahap pencarian pasangan hidupnya, kecemasan orang tua semakin bertambah dengan segala pemikiran tentang keterbatasan anak karena anak cacatpun juga sama dengan anak normal dalam proses kehidupannya hanya saja anak cacat dengan berbagai keterbatasannya. Orang tua kan semakin gelisah, khawatir dan tidak tenang sebagaimana yang dijelaskan pada gejala kecemasan diatas.

B. Dukungan Sosial (*Social Support*)

1. Pengertian Dukungan Sosial (*Social Support*)

Manusia adalah makhluk sosial yang dalam kehidupannya selalu membutuhkan orang lain, karena manusia tidak mungkin dapat hidup sendiri tanpa bantuan orang lain. Kehadiran orang lain dalam kehidupan pribadi seseorang begitu diperlukan. Seseorang tidak mungkin dapat memenuhi kehidupan fisik maupun psikologinya secara sendirian, sehingga individu membutuhkan dukungan terutama dari orang-orang terdekanya.

Dukungan sosial didefinisikan oleh Gollieb (dalam Ashriati, 2006) sebagai informasi verbal atau non verbal, bantuan yang nyata atau tingkah laku yang diberikan oleh orang-orang yang akrab dengan subyek didalam lingkungan sosialnya atau yang berupa kehadiran dan hal-hal yang dapat memberikan keuntungan emosional atau berpengaruh dalam tingkah laku penerimaannya. Dalam hal ini orang merasa memperoleh dukungan sosial secara emosional merasa lega karena diperhatikan, mendapat kesan atau saran

yang menyenangkan pada dirinya. Faktor sosial juga merupakan pertimbangan penting dalam memilih pasangan hidup. Pendapat yang sama dikemukakan oleh Sarason (dalam Susianti, 2006) dikatakan bahwa dukungan sosial adalah keberadaan, kepedulian, kesediaan dari orang-orang yang dapat diandalkan, menghargai, dan menyayangi. Dukungan sosial juga sebagai transaksi interpersonal yang ditujukan dengan memberikan bantuan kepada individu lain dan bantuan lain diperoleh dari orang lain yang berarti bagi individu yang bersangkutan.

Efendi dan Tjahyono (dalam Ashriati, 2006) mengungkapkan bahwa dukungan sosial adalah transaksi interpersonal yang diajukan dengan memberikan bantuan kepada individu lain, bantuannya itu diperoleh dari orang yang berarti bagi individu yang bersangkutan. Dukungan positif dari lingkungan sekitar akan memberikan dampak yang baik bagi orangtua dan anak penyandang kebutuhan khusus tersebut.

Berdasarkan pendapat diatas, maka dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial merupakan suatu pemberian bantuan baik secara langsung maupun tidak langsung yang diberikan kepada orang lain yang mencakup pemberian informasi, pemberian tingkah laku atau materi yang didapat dari suatu hubungan yang akrab, misal keluarga, sahabat, suami atau istri dan lingkungan sekitarnya. Adanya dukungan sosial membuat individu yang mendapatkannya merasa diperhatikan, dicintai dan dirasakan keberadaannya serta dapat memperkuat perasaan seseorang, sehingga dapat dikatakan bahwa

dengan adanya dukungan sosial maka akan membawa efek positif dalam kehidupan emosional seseorang.

2. Bentuk –Bentuk Dukungan Sosial

Menurut House & Khan (dalam Rupiati,2007) mengemukakan empat bentuk dukungan sosial yaitu : a. Dukungan emosional (*emotional support*) meliputi cinta dan kasih sayang, ekspresi empati, perlindungan, perhatian, dan kepercayaan, keterbukaan serta kerelaan dalam memecahkan masalah seseorang. Dukungan ini membuat seseorang merasa nyaman, tenang, dan dicintai. b. Dukungan instrument (*instrumental support*) adalah dukungan dalam bentuk penyediaan sarana yang dapat mempermudah tujuan yang ingin dicapai dalam bentuk materi, dapat juga berupa jasa pelayanan atau pemberian peluang waktu dan kesempatan. c. Dukungan informasi (*informational support*) adalah bentuk dukungan yang meliputi pemberian nasehat, arahan, pertimbangan tentang bagaimana seseorang harus berbuat. Merupakan informasi untuk menambah pengetahuan, nasehat atau pengarahan untuk tercapainya pemecahan masalah. d. Penilaian, dukungan ini berupa pemberian penghargaan atas usaha yang telah dilakukan, memberikan umpan balik mengenai hasil atau prestasi dan penguatan tindakan positif yang diambil individu. Sependapat dengan house & khan, menurut Wangmuba (2009) dukungan sosial mencakup dukungan informasi berupa saran nasehat, dukungan perhatian atau emosi berupa kehangatan, kepedulian dan empati,

dukungan instrumental berupa bantuan materi atau finansial dan penilaian berupa penghargaan positif terhadap gagasan atau perasaan orang lain.

Pendapat ini diperkuat lagi oleh Sheridan & Radmacher (1992) menyatakan bahwa dukungan sosial merupakan transaksi interpersonal yang melibatkan aspek- aspek informasi, perhatian emosi, penilaian dan bantuan instrumental. Ciri- ciri setiap aspek tersebut oleh Smet (1994) dan Taylor (1995), dijelaskan sebagai berikut : 1. Informasi dapat berupa saran- saran, nasihat dan petunjuk yang dapat dipergunakan oleh korban dalam mencari jalan keluar untuk pemecahan masalahnya. 2. Perhatian emosi berupa kehangatan, kepedulian dan dapat empati yang meyakinkan korban, bahwa dirinya diperhatikan orang lain. 3. Penilaian berupa penghargaan positif, dorongan untuk maju atau persetujuan terhadap gagasan atau perasaan individu lain. 4. Bantuan instrumental berupa dukungan materi seperti benda atau barang yang dibutuhkan oleh korban dan bantuan finansial untuk biaya pengobatan, pemulihan maupun biaya hidup sehari- hari selama korban belum dapat menolong dirinya sendiri.

Cohen dan Mc Kay; Wills (dalam Sarafino, 1994) membedakan lima jenis bentuk dukungan sosial antara lain: a. Dukungan emosional. Aspek ini mencakup ungkapan empati, kepedulian dan perhatian terhadap orang yang bersangkutan. Dukungan ini menyediakan rasa nyaman, ketentraman hati, perasaan dicintai bagi seseorang yang mendapatkannya. b. Dukungan penghargaan. Aspek ini terjadi lewat ungkapan penghargaan positif untuk individu bersangkutan, dorongan maju atau persetujuan dengan gagasan atau

perasaan individu dan perbandingan positif individu dengan orang-orang lain.

c. Dukungan instrumental. Aspek ini mencakup bantuan langsung yang dapat berupa jasa, waktu, dan uang.

d. Dukungan informatif. Aspek ini mencakup memberi nasihat, petunjuk-petunjuk, saran-saran, informasi, dan umpan balik.

e. Dukungan jaringan sosial. Aspek ini mencakup perasaan keanggotaan dalam kelompok. Dukungan jaringan sosial merupakan perasaan keanggotaan dalam suatu kelompok, saling berbagi kesenangan dan aktivitas sosial.

Menurut Kaplan & Saddock (1998), adapun bentuk dukungan sosial adalah sebagai berikut :

a) Tindakan atau perbuatan, bentuk nyata dukungan sosial berupa tindakan yang diberikan oleh orang sekitar baik keluarga, teman, dan masyarakat.

b) aktivitas religius atau fisik, semakin bertambahnya usia maka perasaan religiusnya semakin tinggi. Oleh karena itu aktivitas religius dapat diberikan untuk mendekatkan diri pada tuhan.

c) interaksi atau bertukar pendapat, dukungan sosial dapat dilakukan dengan interaksi antara pasien dengan orang-orang terdekat atau sekitarnya, diharapkan dengan interaksi dapat memberikan masukan sehingga merasa diperhatikan oleh orang disekitarnya.

Berdasarkan pendapat diatas, maka penulis menyimpulkan bahwa bentuk atau dimensi dari dukungan sosial adalah adanya dukungan emosional (kehangatan, kepedulian, empati), dukungan penghargaan (dorongan untuk maju, penilaian positif terhadap ide-ide), dukungan instrumental (bantuan materi atau finansial) dan dukungan informatif (pemberian nasehat, saran atau bimbingan). Bentuk atau dimensi dari dukungan sosial tersebut akan dijadikan

sebagai indikator dalam penyusunan skala dukungan sosial dalam penelitian ini.

3. Fungsi Dukungan Sosial

Dukungan sosial mempunyai pengertian pemberian bantuan kepada orang lain. dukungan sosial dapat dilihat dari kejadian-kejadian seperti orang muda membantu orang tua menyeberang jalan. Seorang sahabat memberi solusi atau menasehati temannya yang bermasalah, dan berbagai kejadian lainnya. kejadian-kejadian tersebut mempunyai tipe dukungan yang berbeda (Bishop, 1994).

Anwar (2008) menyebutkan bahwa dukungan sosial bekerja sebagai pelindung untuk melawan perubahan peristiwa yang penuh dengan kecemasan, dengan adanya dukungan sosial kesejahteraan psikologis akan meningkat, dan memiliki perasaan positif akan dirinya sendiri. Keuntungan individu yang memperoleh dukungan sosial yang tinggi akan menjadikan individu lebih optimis dalam menghadapi situasi kehidupannya saat ini maupun pada masa akan datang lebih terampil dalam memenuhi kebutuhan psikologis dan mempunyai harga yang tinggi, serta tingkat kecemasan yang rendah, mempertinggi keterampilan interpersonal, mempunyai kemampuan untuk mencapai apa yang diinginkan dalam mengatasi masalahnya (Ganster dan Victor dalam Wahyuni, 2001).

Coben dan Wills (1994) berpendapat bahwa dukungan sosial menjalankan empat fungsi dasar yaitu : a. *Esteem Support* yang membantu orang lain merasa lebih baik terhadap dirinya sendiri dan dalam hubungan dengan orang lain. dalam fungsi ini seseorang akan merasa bahwa dirinya dicintai dan diterima dengan apa adanya. b. *Informational Support* yang mengarah pada bantuan orang lain terhadap suatu pengertian atau situasi. Hal-hal yang dirasa membingungkan atau sukar untuk dipahami akan lebih mudah diatasi. Fungsi ini memberikan bantuan informasi penting tentang bagaimana memahami dan mengatasi kejadian-kejadian yang membingungkan. c. merupakan bantuan dalam bentuk finansial atau perlindungan material serta bantuan pelayanan, pinjaman uang, dll. d. *sosial companionship*, bantuan ini berfungsi untuk membantu memecahkan masalah orang lain untuk menumbuhkan suasana hati yang positif pada orang lain, dapat pula meluangkan waktu untuk bereaksi atau melakukan suatu aktifitas.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa dengan pemberian dukungan sosial berupa dukungan emosional, dukungan informasi dukungan materiel, dan dukungan nasehat dalam memecahkan masalah adalah fungsi dukungan sosial yang tepat dan benar yang dapat menjadikan individu lebih optimis dalam menjalani situasi kehidupannya.

4. Sumber Dukungan Sosial

Caplan & Pearlan (dalam Kuntjoro, 2002) mengatakan bahwa dukungan sosial yang dirasakan atau diterima individu dapat berasal dari

sumber tempat kerja, keluarga, pasangan atau suami istri dan berasal dari teman di lingkungan sekitar. Dukungan sosial yang diterima individu dapat mempengaruhi cara individu menghadapi stress, pada saat individu yakin bahwa dirinya memiliki seseorang yang berarti dan dukungan di lingkungan, maka keyakinan akan kemampuan mengatasi pengaruh stress dan kecemasan akan didapat individu dalam mereduksi kecemasan yang dialaminya. Tiga faktor penting yang dapat mendorong seseorang mendapatkan dukungan sosial yakni empati, norma-norma dan pertukaran sosial (Myers, 1983).

Sumber-sumber dukungan sosial menurut Kahn & Antonoucci (dalam Orford, 1992) terbagi menjadi 3 kategori, yaitu. Sumber dukungan sosial yang berasal dari individu yang selalu ada sepanjang hidupnya, yang selalu bersama dan mendukungnya. Misalnya keluarga dekat, pasangan (suami/istri) atau teman-teman dekat. b. Sumber dukungan sosial yang berasal dari individu lain yang sedikit berperan dalam hidupnya dan cenderung berubah sesuai dengan waktu. Sumber ini meliputi teman kerja, tetangga, sanak keluarga dan sepergaulan. c. Sumber dukungan sosial yang berasal dari individu lain yang sangat jarang memberi dukungan sosial dan memiliki peran yang sangat cepat berubah.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa sumber dukungan sosial yang dirasakan atau diterima individu dapat berasal dari keluarga, lingkungan sekitar. Dukungan sosial yang tinggi dapat mempengaruhi pandangan lebih optimis terhadap kehidupan dibanding orang yang mendapatkan dukungan sosial rendah.

C. Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Kecemasan Orang Tua Tentang Pasangan Hidup Anak Berkebutuhan Khusus (ABK)

Manusia hidup mengalami tiga pertumbuhan yaitu pertumbuhan fisik, mental, dan emosi. Dimana masing-masing baik mental, fisik, dan emosi ini perlu mendapatkan perhatian yang besar. Pertumbuhan mental dan fisik anak dapat dilihat pada setiap anak yang memiliki potensi (kemampuan) di dalam dirinya yang harus dikembangkan secara optimal. Potensi-potensi tersebut adalah: 1. kemampuan berbahasa dan bicara. 2. Kemampuan dalam kemandirian. 3. kemampuan bersikap dan berperilaku. 4. kecerdasan. 5. kemampuan keterampilan bergerak. 6. kemampuan sosial emosional.

Kemampuan-kemampuan tersebut dapat diasah melalui pengasuhan, perawatan, pembimbingan, dan pendidikan (4P), sehingga pada anak yang dilakukan secara bersamaan dan berkelanjutan akan membuat potensi-potensi tersebut berkembang. Hanya saja 4P pada anak menjadi tidak mudah jika anak memiliki masalah atau gangguan dalam tahap perkembangannya. Gangguan tersebut misalnya anak lambat berkembang (ALB) dan anak berkebutuhan khusus (ABK). Anak lambat belajar (ALB) adalah anak yang mengalami hambatan dalam perkembangan, dimana satu atau dua aspek perkembangannya tidak sama dengan anak pada umumnya. Sementara itu anak berkebutuhan khusus (ABK) yaitu anak yang mengalami keterlambatan

lebih dari dua aspek perkembangan dan lebih dari satu tingkat umur atau anak yang mengalami penyimpangan.

Kehadiran seorang anak dalam sebuah keluarga akan menambah kebahagiaan tersendiri. Akan tetapi hal ini akan berbeda pada keluarga yang memiliki anak berkebutuhan khusus, bagi keluarga tentu memiliki anak tidak normal cenderung untuk disembunyikan agar orang lain tidak tahu bahwa anaknya tidak normal. Terlebih bila orang tua tersebut menganggap hadir nya seorang anak ini adalah aib keluarga karena tergolong anak berkebutuhan khusus. Hal ini membuat orang tua harus lebih ekstra dalam memberi perhatian dan kasih sayang yang mampu menumbuhkan rasa peduli dari sesamanya yang berupa dukungan sosial.

Adanya dukungan sosial yang tinggi yang diberikan kepada individu yang mempunyai anak berkebutuhan khusus akan sangat diperlukan dalam kehidupannya, sehingga kecemasan yang dialami individu dapat berkurang. Orang tua anak berkebutuhan khusus tersebut dapat lebih optimis dalam pandangan terhadap kehidupan yang dialaminya. Dibanding dengan orang tua anak berkebutuhan khusus yang mendapatkan dukungan sosial rendah.

Dukungan sosial didefinisikan oleh Gollieb (dalam Ashriati, 2006) sebagai informasi verbal atau non verbal, bantuan yang nyata atau tingkah laku yang diberikan oleh orang-orang yang akrab dengan subyek di dalam lingkungan sosialnya atau yang berupa kehadiran dan hal-hal yang dapat memberikan keuntungan emosional atau berpengaruh dalam tingkah laku

penerimaannya. Dalam hal ini orang merasa memperoleh dukungan sosial secara emosional merasa lega karena diperhatikan, mendapat kesan atau saran yang menyenangkan pada dirinya. Faktor sosial juga merupakan pertimbangan penting dalam memilih pasangan hidup. Pendapat yang sama dikemukakan oleh Sarason (dalam Susianti, 2006) dikatakan bahwa dukungan sosial adalah keberadaan, kepedulian, kesediaan dari orang-orang yang dapat diandalkan, menghargai, dan menyayangi. Dukungan sosial juga sebagai transaksi interpersonal yang ditujukan dengan memberikan bantuan kepada individu lain dan bantuan lain diperoleh dari orang lain yang berarti bagi individu yang bersangkutan.

Menurut House & Khan (2007) yang mengemukakan empat bentuk dukungan sosial ini lah yang akan dijadikan penulis dalam indikator penelitian, antara lain: a. Dukungan emosional (emotional support) meliputi cinta dan kasih sayang, ekspresi empati, perlindungan, perhatian, dan kepercayaan, keterbukaan serta kerelaan dalam memecahkan masalah seseorang. Dukungan ini membuat seseorang merasa nyaman, tenang, dan dicintai. b. Dukungan instrument (instrumental support) adalah dukungan dalam bentuk penyediaan sarana yang dapat mempermudah tujuan yang ingin dicapai dalam bentuk materi, dapat juga berupa jasa pelayanan atau pemberian peluang waktu dan kesempatan. c. Dukungan informasi (informational support) adalah bentuk dukungan yang meliputi pemberian nasehat, arahan, pertimbangan tentang bagaimana seseorang harus berbuat. Merupakan informasi untuk menambah pengetahuan, nasehat atau pengarahan untuk

tercapainya pemecahan masalah. d. Penilaian, dukungan ini berupa pemberian penghargaan atas usaha yang telah dilakukan, memberikan umpan balik mengenai hasil atau prestasi dan penguatan tindakan positif yang diambil individu.

Bentuk-bentuk dari dukungan sosial merupakan sumber daya sosial yang dapat membantu individu dalam menghadapi suatu kejadian yang menekan. Dukungan sosial juga diartikan sebagai pola interaksi yang positif atau perilaku menolong yang diberikan pada individu yang membutuhkan dukungan sosial. Sebuah penelitian membuktikan bahwa dukungan sosial mempunyai hubungan yang dapat mempengaruhi kesehatan individu dan kesejahteraannya atau dapat mempengaruhi kreativitas individu dalam kemampuan penyesuaian yang adaptif terhadap kecemasan dan rasa takut yang dialami.

Kecemasan yang dirasakan orang tua terhadap anaknya yang ABK dan telah menginjak masa remaja yang waktunya memikirkan tentang pasangan hidupnya akan dialami oleh orang tua yang memiliki anak ABK. Rasa cemas yang dirasakan orang tua akan berdampak pada ketidaknyamanan dalam menjalankan kehidupan sehari-harinya. Rasa cemas adalah perasaan tidak menentu, panik, tanpa mengetahui sebab-sebab yang ditakutkan dan tidak dapat menghilangkan perasaan gelisah dan mencemaskan itu, sedangkan kecemasan itu adalah proses emosi yang bercampur baur, yang terjadi ketika seseorang sedang mengalami tekanan perasaan (frustasi) dan pertentangan batin atau konflik (Drajat, 1985). Pendapat tersebut didukung oleh Jersild

(dalam Ratnawati dan Sinambela, 1996) bahwa secara umum kecemasan dapat dirumuskan sebagai keadaan psikologis dimana individu terus menerus dalam perasaan khawatir yang ditimbulkan adanya konflik internal.

Freud (dalam Supriyatno, 2001) mengemukakan ada tiga tipe kecemasan antara lain: a) Kecemasan realistik, merupakan respon emosional terhadap ancaman (anggapan) mengenai bahaya yang nyata dari lingkungan eksternal disebut juga sebagai *objective anxiety*. b) Kecemasan neurotic, merupakan suatu respon emosional terhadap ancaman yang ditandai dengan munculnya tindakan-tindakan impulsif di alam sadar. c) Kecemasan moral (perasaan berdosa), merupakan suatu respon emosional ketika ego terancam punishment dari superego.

Salah satu faktor yang mempengaruhi kecemasan yang dimiliki orang tua anak berkebutuhan khusus diduga adalah dukungan sosial. Menurut Sari dan Kuncoro (2006), menjelaskan bahwa faktor - faktor yang mempengaruhi kecemasan adalah keadaan pribadi individu, tingkat pendidikan, pengalaman tidak menyenangkan dan dukungan sosial. Dukungan sosial dapat diperoleh dari orang - orang sekitar individu seperti orang tua, kakak, adik, teman, saudara, dan masyarakat. Conel (1994) menyatakan bahwa kecemasan akan berkurang apabila individu memiliki dukungan sosial.

Pada penelitian ini peneliti menggunakan skala yaitu kecemasan dan dukungan sosial. Indikator dari kecemasan diambil dari Nevid (2005) yang mengemukakan gejala-gejala kecemasan dalam tiga jenis gejala, diantaranya

yaitu : 1) Gejala fisik dari kecemasan yaitu : kegelisahan, anggota tubuh bergetar, banyak berkeringat, sulit bernafas, jantung berdetak kencang, merasa lemas, panas dingin, mudah marah atau tersinggung. 2) Gejala behavioral dari kecemasan yaitu : berperilaku menghindar, terguncang, melekat dan dependen. 3) Gejala kognitif dari kecemasan yaitu : khawatir tentang sesuatu, perasaan terganggu akan ketakutan terhadap sesuatu yang terjadi dimasa depan, pikiran terasa bercampur aduk atau kebingungan, sulit berkonsentrasi.

D. Hipotesis

Hipotesis merupakan instrumen dari suatu penelitian (Singarimbon, Efendi, 1998). Hipotesis biasanya dirumuskan dalam bentuk pernyataan yang menjelaskan dua variable atau lebih, yang mengandung dua kemungkinan benar salah yang berimbang. Penerimaan suatu hipotesis sangat bergantung pada analisa data serta ketepatan mengumpulkan fakta-fakta yang ditempatkan.

Berdasarkan uraian latar belakang dan tinjauan pustaka diatas, maka dapat dikemukakan hipotesis sebagai berikut : ada hubungan negatif antara dukungan sosial dengan kecemasan orang tua pada pasangan hidup anak berkebutuhan khusus. Artinya semakin tinggi dukungan sosial maka kecemasan orang tua tentang pasangan hidup ABK semakin rendah, sebaliknya semakin rendah dukungan sosial maka kecemasan orang tua tentang pasangan hidup anak ABK semakin tinggi.